Niveau(x) d'enseignement : 4 Numéro EDUQ : 9270963
Centre d'intérêt : 751

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle : thème 9 : le corps humain -- [Québec] : Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires, c1992.
5 v. : ([14] ; 120 ; 28 ; 28 ; 35 p.) : ill. ; 28 cm

La couv. porte en outre : Dans les écoles du Québec, on sait s'adapter. Code : 9293-0117 à 9293-0120 (v. 2-5), 16-1545-90 à 16-1545-94 (v. 1-5). Dépouillement : v. [1] : Tableau des objectifs ; Tableau des activités ; Feuille de route -- v. [2] : Français : exercices en lecture : niveau 1 -- v. [4] : Français : exercices en lecture : niveau 2 -- v. [5] : Mathématique

ISBN 2-550-23205-4

ISBN 2-550-23206-2

ISBN 2-550-23207-0

ISBN 2-550-23208-9

Vedette(s)-secondaire(s) : Québec (Province). Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Descripteur(s) : Français (Langue) • Mathématiques • Lecture • Activité d'apprentissage • Matériel didactique • Objectifs d'enseignement • Secondaire (Ordre d'enseignement)

Identificateur(s) de sujet : Cheminement particulier de formation • Corps humain

Ces documents font partie de la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au premier cycle du secondaire. La série comprend, autour du thème "le corps humain", un tableau des objectifs, des activités et une feuille de route (v. 1); des exercices de lecture, de communication orale, de communication écrite et d'orthographe d'usage (v. 2); des exercices en lecture pour le niveau 1 (v. 3); des exercices en lecture pour le niveau 2 (v. 4); des activités d'apprentissage en mathématique (v. 5).

Type de document :

9370963-A

16-1545-90

THÈME 9
LE CORPS HUMAIN

Tableau des objectifs

Tableau des activités

Feuille de route

TABLEAU DES OBJECTIFS

FRANÇAIS

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Primaire	Secondaire		Objectifs terminaux	Activités	Pages
	1re	2e			
	x		Lire un article d'encyclopédie ou de revue pour la jeunesse.	L1 *L5 L4	
	x		Faire un exposé oral à caractère informatif.	O2	
x			Faire un exposé oral à caractère expressif.	O1	
x			Lire un texte à caractère incitatif.	L2 L5	
	x	x	Écouter un exposé à caractère expressif.		
	x	x	Faire un exposé à caractère expressif.		
	x	x	Écrire un texte à caractère expressif.	E4 E3	
x			Écrire un texte à caractère informatif.		
x			Lire un texte à caractère imaginaire.	L3	
	x	x	Écrire un récit d'aventures.		
	x		Écouter ou lire un poème à caractère ludique.		
		x	Lire un fait divers.		
		x	Faire un compte rendu oral d'événement.		
		x	Lire des règles de jeux.		
		x	Lire un court roman d'aventures.		
		x	Écouter ou lire un poème à caractère expressif.		
x			Transformer des textes.	E1 E2	
x			Lire un texte à caractère expressif.		
x			Écrire un texte à caractère incitatif.		

LÉGENDE: L: Lecture O: Oral E: Écriture

TABLEAU DES OBJECTIFS

MATHÉMATIQUE

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Secondaire		Objectifs terminaux	Activités	Pages
1re	2e			
x		1.1 Résoudre des problèmes relatifs à la numération.	10	
x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes.	1 3 6 7 11 12 13	
x	x	1.3 Effectuer des opérations de base sur les nombres entiers à l'aide de divers algorithmes.		
x		2.1 Effectuer les opérations de base sur les fractions à l'aide de divers algorithmes.	11 12	
x	x	2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux.	2 4 5 6 7 8 14	
	x	2.3 Résoudre des problèmes d'achat ou de vente utilisant le concept du pourcentage.	4 6 14	
	x	2.4 Résoudre des problèmes où interviennent des proportions.		
	x	2.5 À partir de certaines situations, déterminer la racine carrée d'un nombre.		
	x	3.1 Effectuer les opérations de base sur des expressions algébriques simples.		
	x	3.2 Résoudre des problèmes faisant appel à des formules usuelles ou à des équations et inéquations simples à une variable.		
x	x	4.1 Appliquer la notion de mesure d'angle.		

TABLEAU DES OBJECTIFS

MATHÉMATIQUE (SUITE)

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Secondaire		Objectifs terminaux	Activités	Pages
1re	2e			
x		4.2 Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de segments.	14	
	x	4.3 Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de surfaces.	14	
x		4.4 Repérer un objet sur une ligne.		
x		4.5 Repérer un objet sur une surface.		
x	x	5.1 Reproduire une figure plane à l'aide de transformations géométriques.		
x	x	5.2 Étant donné une relation, identifier l'image de cette relation.		
x	x	5.3 Construire diverses figures géométriques planes.		
x	x	5.4 Identifier les diverses caractéristiques se rapportant aux triangles et aux quadrilatères.		
x	x	5.5 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les unités de mesure de longueur ou de surface.	7 8 14	
x		6.1 Dégager des informations à partir de divers diagrammes illustrant des situations familières.	1 2 3 6 9	
x		6.2 Construire un tableau de données statistiques provenant des situations familières.		
	x	6.3 Construire divers diagrammes à ligne brisée ou à bandes pour illustrer certaines situations familières.	11	
	x	6.4 Construire un diagramme circulaire pour illustrer certaines situations familières.		
	x	7.1 Calculer la probabilité d'un résultat dans une expérience aléatoire.		
	x	7.2 Calculer la probabilité d'un événement.		

TABLEAU DES ACTIVITÉS

FRANÇAIS

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Activités d'apprentissage	Primaire	Secondaire		Objectifs terminaux
		1re	2e	
L1: La plus belle machine du monde		x		Lire un article d'encyclopédie ou de revue pour la jeunesse.
L2: Youppi! C'est l'heure du lunch!	x			Lire un texte à caractère incitatif et informatif.
L3: Le médecin guéri malgré lui	x			Lire un texte à caractère imaginaire.
L4: Le langage du corps		x		Lire un article d'encyclopédie ou de revue pour la jeunesse.
L5: Se sentir beau, se sentir laid		x		Lire un article d'encyclopédie ou de revue pour la jeunesse.
O1: Suis-je en forme?		x		Faire un exposé oral à caractère expressif.
O2: Voyeur sans malice		x		Faire un exposé oral à caractère informatif.
E1: Une bonne bougeotte	x			Transformer un texte.
E1: Moi, docteur Lupien...	x			Transformer un texte.
E3: Une conversation nourrissante				Écrire un texte à caractère expressif.
E4: Mon journal personnel				Écrire un texte à caractère expressif.

LÉGENDE: L: Lecture O: Oral E: Écriture

TABLEAU DES ACTIVITÉS

MATHÉMATIQUE

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Activités d'apprentissage	Secondaire		Objectifs terminaux
	1re	2e	
1. Les calories	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes. 6.1 Dégager des informations à partir de divers diagrammes illustrant des situations familières.
2. Développement physique	x		2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux. 6.1 Dégager des informations à partir de divers diagrammes illustrant des situations familières.
3. Dépenser ses calories	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes. 6.1 Dégager des informations à partir de divers diagrammes illustrant des situations familières.
4. Monsieur Gros Muscles	x		2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux. 2.3 Résoudre des problèmes d'achat ou de vente utilisant le concept du pourcentage.
5. Les filles se rendent visite	x		2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux.

TABLEAU DES ACTIVITÉS

MATHÉMATIQUE (SUITE)

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Activités d'apprentissage	Secondaire		Objectifs terminaux
	1re	2e	
6. Consommation de médicaments	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes. 2.3 Résoudre des problèmes d'achat ou de vente utilisant le concept du pourcentage. 6.1 Dégager des informations à partir de divers diagrammes illustrant des situations familières.
7. Vols... à l'échelle!	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes. 2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux.
8. Au centre d'activités de plein air	x		2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux.
9. Expérance de vie à la naissance	x		6.1 Dégager des informations à partir de divers diagrammes illustrant des situations familières.
10. Chez le Docteur Mongrain	x		1.1 Résoudre des problèmes relatifs à la numération.
11. Une enquête sur les sports pratiqués...	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes. Effectuer les opérations de base sur les fractions à l'aide de divers algorithmes. 6.3 Construire divers diagrammes à ligne brisée ou à bandes pour illustrer certaines situations familières.

TABLEAU DES ACTIVITÉS

MATHÉMATIQUE (SUITE)

THÈME: LE CORPS HUMAIN

Activités d'apprentissage	Secondaire		Objectifs terminaux
	1re	2e	
12. Au pique-nique	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes. 2.1 Effectuer les opérations de base sur les fractions à l'aide de divers algorithmes.
13. Un message de santé	x		1.2 Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes.
14. Petits problèmes en vrac	x		2.2 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux. 2.3 Résoudre des problèmes d'achat ou de vente utilisant le concept du pourcentage. 4.2 Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de segments. 4.3 Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de surfaces. 5.5 Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les unités de mesure de longueur ou de surface.

FEUILLE DE ROUTE

THÈME: LE CORPS HUMAIN

MON NOM: _____

FRANÇAIS	
➤ Lire un article d'encyclopédie ou de revue pour la jeunesse.	
L1 La plus belle machine du monde.	
L4 Le langage du corps.	
L5 Se sentir beau, se sentir laid.	
➤ Lire un texte à caractère incitatif et informatif.	
L2 Youppi! C'est l'heure du lunch!	
➤ Lire un texte à caractère imaginaire.	
L3 Le médecin guéri malgré lui.	
➤ Faire un exposé oral à caractère expressif.	
01 Suis-je en forme?	
➤ Faire un exposé oral à caractère informatif.	
02 Voyeur sans malice.	
➤ Transformer des textes.	
E1 Une bonne bougeotte.	
E2 Moi, docteur Lupien...	
➤ Écrire un texte à caractère expressif.	
E3 Une conversation nourrissante.	
E4 Mon journal personnel.	

MATHÉMATIQUE	
➤ Résoudre des problèmes relatifs à la numération.	
10 Chez le Docteur Mongrain.	
➤ Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes.	
1 Les calories.	
3 Dépenser ses calories.	
6 Consommation de médicaments.	
7 Vols... À l'échelle!	
11 Une enquête sur les sports pratiqués.	
12 Au pique-nique.	
13 Un message de santé.	
➤ Effectuer les opérations de base sur les fractions à l'aide de divers algorithmes.	
11 Une enquête sur les sports pratiqués.	
12 Au pique-nique.	
➤ Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux.	
2 Développement physique.	
4 Monsieur Gros Muscles.	
5 Les filles se rendent visite.	
6 Consommation de médicaments.	
7 Vols... À l'échelle!	
8 Au centre d'activités de plein air.	
14 Petits problèmes en vrac.	

MATHÉMATIQUE (SUITE)	
➤ Résoudre des problèmes d'achat ou de vente utilisant le concept du pourcentage.	
4 Monsieur Gros Muscles.	
6 Consommation de médicaments.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de segments.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de surfaces.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les unités de mesure de longueur ou de surface.	
7 Vols... À l'échelle!	
8 Au centre d'activités de plein air.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Dégager des informations à partir de divers diagrammes.	

FEUILLE DE ROUTE

THÈME: LE CORPS HUMAIN

MAÎTRE

FRANÇAIS

➤	Lire un article d'encyclopédie ou de revue pour la jeunesse.
L1	La plus belle machine du monde.
L4	Le langage du corps.
L5	Se sentir beau, se sentir laid.
➤	Lire un texte à caractère incitatif et informatif.
L2	Youppi! C'est l'heure du lunch!
➤	Lire un texte à caractère imaginaire.
L3	Le médecin guéri malgré lui.
➤	Faire un exposé oral à caractère expressif.
01	Suis-je en forme?
➤	Faire un exposé oral à caractère informatif.
02	Voyeur sans malice.
➤	Transformer des textes.
E1	Une bonne bougeotte.
E2	Moi, docteur Lupien...
➤	Écrire un texte à caractère expressif.
E3	Une conversation nourrissante.
E4	Mon journal personnel.

MATHÉMATIQUE	
➤ Résoudre des problèmes relatifs à la numération.	
10 Chez le Docteur Mongrain.	
➤ Effectuer des opérations de base sur les nombres naturels à l'aide de divers algorithmes.	
1 Les calories.	
3 Dépenser ses calories.	
6 Consommation de médicaments.	
7 Vols... À l'échelle!	
11 Une enquête sur les sports pratiqués.	
12 Au pique-nique.	
13 Un message de santé.	
➤ Effectuer les opérations de base sur les fractions à l'aide de divers algorithmes.	
11 Une enquête sur les sports pratiqués.	
12 Au pique-nique.	
➤ Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les nombres décimaux.	
2 Développement physique.	
4 Monsieur Gros Muscles.	
5 Les filles se rendent visite.	

MATHÉMATIQUE (SUITE)	
6 Consommation de médicaments.	
7 Vols... À l'échelle!	
8 Au centre d'activités de plein air.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Résoudre des problèmes d'achat ou de vente utilisant le concept du pourcentage.	
4 Monsieur Gros Muscles.	
6 Consommation de médicaments.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de segments.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Appliquer la notion de mesure dans des situations d'évaluation de surfaces.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Résoudre des problèmes de la vie courante utilisant les unités de mesure de longueur ou de surface.	
7 Vols... À l'échelle!	
8 Au centre d'activités de plein air.	
14 Petits problèmes en vrac.	
➤ Dégager des informations à partir de divers diagrammes.	

Niveau(x) d'enseignement : 4 Numéro EDUQ : 9270963
Centre d'intérêt : 751

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle : thème 9 : le corps humain. -- [Québec] : Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires, c1992.
5 v. ([14] ; 120 ; 28 ; 28 ; 35 p.) : ill. ; 28 cm.

La couv. porte en outre : Dans les écoles du Québec, on sait s'adapter. Code : 9293-0117 à 9293-0120 (v. 2-5); 16-1545-90 à 16-1545-94 (v. 1-5). Dépouillement : v. [1] : Tableau des objectifs ; Tableau des activités ; Feuille de route -- v. [2] Français -- v. [3] Français : exercices en lecture : niveau 1 -- v. [4] Français : exercices en lecture : niveau 2 -- v. [5] Mathématique

ISBN 2-550-23205-4

ISBN 2-550-23206-2

ISBN 2-550-23207-0

ISBN 2-550-23208-9

Vedette(s)-secondaire(s) : Québec (Province). Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Descripteur(s) : Français (Langue) • Mathématiques • Lecture • Activité d'apprentissage • Matériel didactique • Objectifs d'enseignement • Secondaire (Ordre d'enseignement)

Identificateur(s) de sujet : Cheminement particulier de formation • Corps humain

Ces documents font partie de la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au premier cycle du secondaire. La série comprend, autour du thème "le corps humain", un tableau des objectifs, des activités et une feuille de route (v. 1), des exercices de lecture, de communication orale, de communication écrite et d'orthographe d'usage (v. 2), des exercices en lecture pour le niveau 1 (v. 3), des exercices en lecture pour le niveau 2 (v. 4), des activités d'apprentissage en mathématique (v. 5).

Type de document :

9270963-B

FRANÇAIS

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle

Mars 1992

Québec

FRANÇAIS

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

Cheminements particuliers de formation
de type continu, 1er cycle

Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Dans le présent document, le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

© Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation, 1992 — 9293-0120

ISBN 2-550-23205-4

Dépôt légal – 3e trimestre 1992
Bibliothèque nationale du Québec

Ce document s'ajoute à la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au 1er cycle du secondaire.

Les thèmes supplémentaires sont:

9. **Le corps humain**
10. **Les animaux domestiques**
11. **Le Québec**
12. **Communiquer**

La réalisation de ces quatre thèmes a été rendue possible grâce à la participation financière de la Direction régionale de Québec-Chaudière-Appalaches et la collaboration de la Commission scolaire régionale Tardivel, de la Commission scolaire de Portneuf, de la Commission scolaire des écoles catholiques de Québec et de la Commission scolaire de Lotbinière.

- Conception initiale:

  Suzanne Audet, Commission scolaire de Port-Cartier
  Sylvie Castonguay, Commission scolaire de Port-Cartier
  Monique Gauvreau, Commission scolaire de Fermont

- Supervision et coordination:

  Michèle Théroux, Commission scolaire régionale Tardivel

- Dactylographie et mise en page:

  Solange Langlois, Commission scolaire régionale Tardivel

- Comité de lecture:

  Denise Gosselin, Direction régionale de Québec-Chaudière-Appalaches du MEQ
  Francine Boily, Direction régionale de Québec-Chaudière-Appalaches du MEQ
  Danièle Mathieu, Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires
  Richard Carrier, Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires
  Jean-Marc Angers, Commission scolaire régionale Tardivel

➤ **Rédaction du thème 9**:

Carold Beaumont, Commission scolaire régionale Tardivel
Louis Bussières, Commission scolaire de Portneuf

Illustration:

Catherine Chandonnet, école secondaire Donnacona

Révision linguistique:

Services linguistiques, Direction des communications

LE CORPS HUMAIN

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION p. 1

MISE EN SITUATION p. 3

LECTURE

Texte 1 ***LA PLUS BELLE MACHINE DU MONDE***

Présentation p. 9
Texte 1, Niveau 1 p. 11
Texte 1, Niveau 2 p. 15
Texte 1, Niveau 3 p. 19
Questions sur le texte p. 23

Texte 2 ***YOUPPI! C'EST L'HEURE DU LUNCH!***

Présentation p. 29
Texte 2, Niveau 1 p. 33
Texte 2, Niveau 2 p. 35
Texte 2, Niveau 3 p. 37
Questions sur le texte p. 41

Texte 3 ***LE MÉDECIN GUÉRI MALGRÉ LUI***

Présentation	p. 47
Texte 3, Niveau 1	p. 49
Texte 3, Niveau 2	p. 51
Texte 3, Niveau 3	p. 53
Questions sur le texte	p. 57

Texte 4 ***LE LANGAGE DU CORPS***

Présentation	p. 61
Texte 4, Niveau 1	p. 65
Texte 4, Niveau 2	p. 69
Texte 4, Niveau 3	p. 71
Questions sur le texte	p. 73

Texte 5 ***SE SENTIR BEAU, SE SENTIR LAID***

Présentation	p. 77
Texte 5, Niveau 1	p. 79
Texte 5, Niveau 2	p. 81
Texte 5, Niveau 3	p. 83
Questions sur le texte	p. 85

COMMUNICATION ORALE

Suis-je en forme? p. 89

Voyeur sans malice p. 93

COMMUNICATION ÉCRITE

Une bonne bougeotte p. 99

Moi, docteur Lupien... p. 103

Une conversation nourrissante p. 107

Mon journal personnel p. 111

ORTHOGRAPHE D'USAGE (MOTS) p. 115

LE CORPS HUMAIN

Voilà un sujet qui te touche de près, c'est le cas de le dire. Que tu le veuilles ou non, que tu l'aimes ou pas, ton corps t'accompagne à chaque moment de la journée, du lever au coucher. Même durant la nuit, il continue de fonctionner.

Si tu en avais le pouvoir, peut-être aimerais-tu modifier la couleur de tes yeux, ajouter un petit quelque chose ici, en retrancher un peu par là... Pour l'essentiel, ton corps est le fruit de l'hérédité, c'est-à-dire qu'il te vient en droite ligne de tes ancêtres. Tu n'as rien de la femme bionique ni du robot Astor pour en changer une partie à volonté.

Le corps, ce compagnon fidèle, on le connaît si peu... et on le néglige tellement!

Pourquoi ne déciderais-tu pas de le rencontrer? Pour t'aider à y parvenir, je te propose cinq textes variés et instructifs. À tour de rôle, ils te parleront

- de la formation du corps,
- du carburant (eh oui!) du corps,
- de l'entretien du corps,
- du langage du corps,
- de l'apparence du corps.

Au terme de tes lectures, je te parie que tu ne te verras plus avec les mêmes yeux, puisque TON CORPS: C'EST TOI.

MISE EN SITUATION

Histoire de te mettre l'eau à la bouche, je te propose un petit questionnaire qui va te dire rapidement si tu as de bonnes habitudes de vie pour bien prendre soin de ton corps.

Réponds franchement aux questions et vois ensuite le résultat.

Comme point de départ, quoi de mieux que de te connaître avant le grand voyage AU PAYS DE TON CORPS...!

MA SANTÉ ET MES HABITUDES DE VIE			
	Jamais ou rarement	**À l'occasion**	**Régulièrement ou très souvent**
DU CÔTÉ DU COEUR			
1. Je m'essouffle de rien	5	3	1
2. J'éprouve des malaises dans la région du coeur	5	3	1
3. Je suis capable de faire des exercices vigoureux	1	3	5
4. Je fume	5	3	1
5. Mon coeur bat souvent très vite au moindre effort	5	3	1
DU CÔTÉ DE L'ALIMENTATION			
1. J'ai du poids en trop	5	3	1
2. J'ai déjà essayé plusieurs régimes amaigrissants	5	3	1
3. Je bois plus de 5 cafés/thés/boissons type cola par jour	5	3	1
4. Je prends du lait/produits laitiers chaque jour	1	3	5
5. Je mange du pain/produits céréaliers chaque jour	1	3	5
6. Je mange de la viande ou volaille ou poisson ou des légumineuses chaque jour	1	3	5
7. Je mange des fruits chaque jour	1	3	5
8. Je mange des légumes chaque jour	1	3	5

DU CÔTÉ DES MUSCLES

1. Je suis courbaturé après avoir pratiqué une activité physique ou un sport	5	3	1
2. J'ai mal aux articulations	5	3	1
3. J'ai mal au dos	5	3	1
4. J'ai mal aux jambes quand je marche trop longtemps	5	3	1

DU CÔTÉ DE LA DÉTENTE

1. Je voudrais tout faire dans la même journée	5	3	1
2. Je suis nerveux (nerveuse) mais par en-dedans	5	3	1
3. Je prends des pilules pour me relaxer	5	3	1
4. Mon seul sport, c'est la télé	5	3	1

DU CÔTÉ DE MA SANTÉ

1. Quand je me blesse ou que je suis malade, je guéris vite	1	3	5
2. Quand je passe une mauvaise nuit, ça me dérange pour plusieurs jours	5	3	1
3. J'ai de la difficulté à m'endormir le soir	5	3	1
4. Je me sens plein d'énergie quand je me lève	1	3	5
5. J'ai le sentiment d'être utile à mon entourage	1	3	5
6. Je souris souvent	1	3	5
7. Je me soucie beaucoup de ce que les autres pensent de moi	5	3	1

- **Additionne maintenant tes réponses.**

- **Si tu as entre 28 et 85: actuellement, ta forme physique n'est pas à son meilleur. Cependant, tu pourrais l'améliorer par l'activité physique, une alimentation saine ou une plus grande détente.**

- **Si tu as entre 85 et 140: tu es sur la voie de la bonne forme. Continue et persévère dans ce que tu as déjà entrepris.**

(Le Courrier de Portneuf, 10 septembre 1980, d'après le CLSC de Portneuf)

TEXTE 1

LE CORPS

LA PLUS BELLE MACHINE

DU MONDE

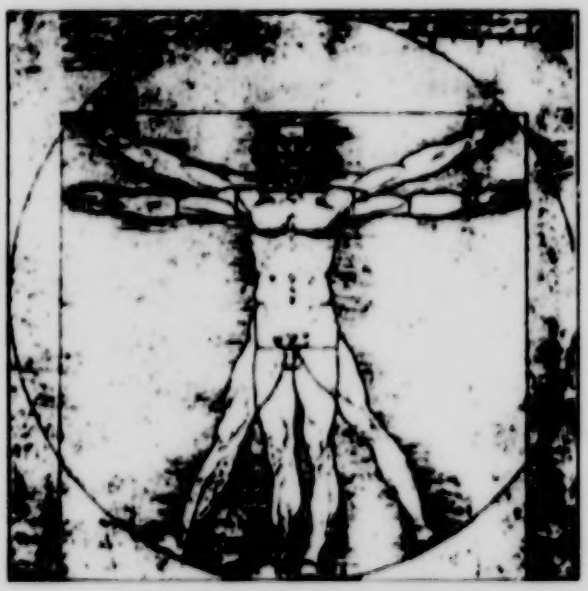


Illustration: Encyclopédie Larousse des jeunes, tome 2

Thème 9

Texte 1

LA PLUS BELLE MACHINE DU MONDE

PRÉSENTATION:

Ce texte te renseignera sur le fonctionnement du corps humain et sur les principales parties qui le composent.

PISTES DE RÉFLEXION:

1- Pourquoi dit-on souvent que le corps humain ressemble à une machine?

_____

_____

_____

2- Qu'est-ce qui est le plus important pour toi: un corps en santé ou un corps qui a belle apparence? Explique un peu pourquoi.

_____

_____

_____

3- **Est-ce qu'il t'arrive parfois de courir des risques avec ton corps, de le négliger? Donne un exemple.**

_____

_____

_____

Thème 9

Texte 1, Niveau 1

LA PLUS BELLE MACHINE DU MONDE

LE CORPS, UNE MERVEILLE:

Le corps humain est *la machine la plus perfectionnée*. Tu veux un exemple? Une calculatrice électronique géante a besoin d'un spécialiste pour être réparée. Le corps humain, lui, peut souvent *réparer lui-même* une déchirure ou une coupure dans une de ses parties.

Voyons donc comment fonctionne notre corps.

LA CELLULE:

La cellule est *le matériau de base* de tous les êtres vivants. L'homme possède *des centaines de milliards* de cellules. Les cellules servent à *former les différentes parties* du corps humain.

LA CHARPENTE DU CORPS:

Le squelette sert à protéger et à soutenir les tissus osseux et les organes du corps humain. Il y a 206 os dans un squelette humain. Une partie des muscles du corps se rattachent à ces os. L'ensemble des os et des muscles permet au corps d'effectuer des mouvements.

DEUX COMBUSTIBLES:

Pour fonctionner normalement, la machine humaine a besoin de deux sortes de combustibles: *les nutriments*, fournis par les aliments et *l'oxygène*, apporté par la respiration.

LE SYSTÈME DIGESTIF:

Le système digestif transforme les aliments, surtout dans *l'estomac* et dans *le foie*. Les aliments transformés passent ensuite dans *l'appareil circulatoire*. L'appareil circulatoire utilise *le sang* pour transporter ces aliments jusque *dans les tissus*. À la fin, les déchets sont éliminés par l'urine et les excréments.

LE SYSTÈME RESPIRATOIRE:

Le système respiratoire prend l'oxygène de l'air (tu inspires) et le conduit *jusqu'aux poumons*. Le sang absorbe cet oxygène et le fait circuler *à travers tous les tissus*. À leur tour, les tissus changent l'air *en gaz carbonique*. Le sang retourne ce gaz aux poumons. Les poumons renvoient le gaz carbonique *à l'extérieur du corps* (tu expires).

LE SYSTÈME NERVEUX:

Toutes les actions du corps *dépendent du système nerveux:* c'est lui le grand patron! Le système nerveux comprend *le cerveau, la moelle épinière* et *les nerfs*. Même les nombreuses *sensations* du corps (chaleur, douleur, goût...) dépendent du système nerveux.

DES CHANGEMENTS CONTINUELS:

Tout au long de son existence, le corps continue de subir d'autres changements. Les changements les plus visibles arrivent pendant les vingt premières années: *c'est la croissance*.

Après la croissance, le corps s'use à cause des nombreuses activités, des maladies et des accidents: *c'est le vieillissement*.

Mais grâce aux *progrès de la médecine* et à *de meilleures conditions de vie*, les habitants des pays favorisés vivent mieux et plus longtemps. Ce n'est pas la même chose pour tous les êtres humains de la planète.

Thème 9

Texte 1, Niveau 2

LA PLUS BELLE MACHINE DU MONDE

LE CORPS, UNE MERVEILLE:

La science n'a jamais réussi à fabriquer une machine aussi perfectionnée que celle du corps humain. Par exemple, une calculatrice électronique géante qui tombe en panne doit attendre un spécialiste pour être réparée; mais une déchirure ou une coupure dans une partie du corps humain se répare souvent toute seule.

Voyons donc en détail comment fonctionne notre corps.

LA CELLULE:

La cellule est le matériau de base de tous les êtres vivants. L'homme possède des centaines de milliards de cellules et elles servent à former les différentes parties du corps humain.

LA CHARPENTE DU CORPS:

Le squelette a pour but de protéger et de soutenir les tissus osseux et les organes du corps humain. Il comprend 206 os: des plats, des longs et des courts. Sur les os, on retrouve une partie des muscles qui permettent au corps de bouger en tous sens. L'ensemble des os et des muscles constitue l'appareil locomoteur. Il permet d'effectuer des mouvements.

DEUX COMBUSTIBLES:

Pour fonctionner normalement, la machine humaine a besoin de deux sortes de combustibles: les nutriments, fournis par les aliments et l'oxygène, apporté par la respiration.

LE SYSTÈME DIGESTIF:

Grâce au système digestif, les aliments subissent plusieurs changements, surtout dans l'estomac et dans le foie. Une fois transformés, les aliments se retrouvent dans l'appareil circulatoire qui utilise le sang pour les transporter dans les tissus. Les déchets qui restent sont éliminés sous forme d'urine et d'excréments.

LE SYSTÈME RESPIRATOIRE:

Le système respiratoire, lui, prend l'oxygène de l'air (on inspire) et le conduit jusqu'aux poumons. Cet oxygène est ensuite absorbé par le sang qui le fait circuler à travers tous les tissus. À leur tour, les tissus transforment l'air en gaz carbonique et le sang retourne ce gaz aux poumons, d'où il sera expulsé vers l'extérieur (on expire).

LE SYSTÈME NERVEUX:

Toutes les fonctions du corps dépendent du système nerveux. Il comprend le cerveau, la moelle épinière et les nerfs. Cet ensemble constitue une véritable usine. Les nombreuses sensations que le corps peut ressentir, comme la chaleur, la douleur ou le goût, dépendent du système nerveux.

DES CHANGEMENTS CONTINUELS:

Voilà les activités les plus importantes à se produire dans le corps humain. Tout au long de son existence, le corps continue de subir d'autres transformations. Les plus apparentes arrivent au cours des vingt premières années: c'est la croissance. Ainsi, à l'âge adulte, un homme pèse 20 fois plus qu'à sa naissance et il a grandi de plus d'un mètre.

Après la croissance, d'autres changements se produisent. Les diverses activités du corps, les maladies et les accidents font qu'il va s'user plus ou moins rapidement: c'est le vieillissement.

Grâce aux progrès de la médecine et à de meilleures conditions de vie, les habitants des pays favorisés vivent mieux et plus longtemps. Il reste cependant beaucoup à faire pour qu'il en soit ainsi pour l'ensemble des êtres humains de la planète.

Thème 9

Texte 1, Niveau 3

LA PLUS BELLE MACHINE DU MONDE

La science a réalisé d'immenses progrès au cours des siècles, mais elle n'est jamais parvenue à fabriquer une machine aussi perfectionnée que celle qui existe pourtant depuis toujours: le corps humain. Si, par exemple, une calculatrice électronique géante tombe en panne, elle doit attendre qu'un spécialiste vienne la réparer, alors qu'une déchirure ou une coupure dans une partie du corps humain se répare souvent toute seule.

Voyons donc en détail comment fonctionne cette merveilleuse machine qu'est notre corps.

Au départ, il y a la cellule, matériau de base de tous les êtres vivants. L'homme en compte des centaines de milliards, qui assurent la formation des différentes parties de son corps: tissus osseux, muscles, nerfs, sang.

Les tissus osseux et les organes du corps humain sont protégés et soutenus par le squelette, une véritable charpente de 206 os: des plats, comme ceux de la tête et des hanches, des longs, comme ceux des bras et des jambes, des courts, comme ceux de la colonne vertébrale. Sur les os viennent s'attacher une partie des muscles qui assurent la mobilité du corps. Cet ensemble os-muscles constitue l'appareil locomoteur grâce auquel nous pouvons effectuer des mouvements.

Pour fonctionner normalement, la machine humaine exige le concours de deux sortes de combustibles: les nutriments, fournis par les aliments et l'oxygène, apporté par la respiration.

Grâce à l'appareil digestif, les aliments subissent plusieurs modifications, surtout au niveau de l'estomac et du foie. Une fois transformés, ces aliments sont pris en charge par l'appareil circulatoire qui, par le sang, les véhicule dans les tissus. Quant aux déchets, ils sont éliminés sous forme d'urine et de matière fécale après être passés par les reins, la vessie et les intestins.

L'appareil respiratoire, lui, capte l'oxygène de l'air (inspiration) et le conduit jusqu'aux poumons, où il est absorbé par les globules rouges du sang qui vont le faire circuler à travers tous les tissus. À leur tour, les tissus transforment l'air en gaz carbonique que le sang retournera aux poumons, d'où il sera expulsé vers l'extérieur (expiration).

Toutes les fonctions de l'organisme humain sont sous la dépendance du système nerveux, qui comprend le cerveau, la moelle épinière et les nerfs. Cet ensemble constitue une véritable usine, avec des centres de commande, des postes de surveillance et un réseau de transmission répandu dans tous les tissus de l'organisme. Le système nerveux est responsable des multiples sensations (chaleur, douleur, goût) que le corps peut ressentir.

Ce sont là les activités les plus importantes à se produire dans le corps humain. Tout au long de son existence, le corps va subir un certain nombre de transformations dont les plus apparentes surviennent au cours des vingt premières années: c'est la croissance. Ainsi, arrivé à l'âge adulte, un homme pèse 20 fois plus qu'à sa naissance et il a grandi de plus d'un mètre.

Une fois la croissance terminée, d'autres changements interviennent, ceux-là étant plus lents et progressifs. Selon ses activités, les maladies et les accidents qui l'affligent, le corps humain s'use plus ou moins rapidement: c'est le vieillissement.

Grâce aux progrès de la science médicale et aux meilleures conditions de vie dont ils bénéficient, les habitants des pays favorisés vivent mieux et plus longtemps. Il reste cependant beaucoup à faire pour appliquer ces améliorations à l'ensemble des êtres humains de la planète.

D'après «Le corps humain, la plus belle machine du monde»
Encyclopédie Larousse des Jeunes – Tome 21
© Librairie Larousse 1974

Thème 9

Texte 1, Niveau 2

QUESTIONS SUR LE TEXTE

1- Le texte compare le corps humain à une machine. Qu'est-ce qui permet à cette machine de fonctionner normalement?

_____

2- Quelles sont les deux parties du corps qui s'occupent de transformer les aliments que tu manges?

_____

3- Énumère les trois grandes fonctions du sang.

_____

_____

_____

_____

4- **Indique à quel système appartient chaque partie du corps: système digestif, système respiratoire, système nerveux.**

A	le foie	
B	le cerveau	
C	les poumons	
D	la moelle épinière	
E	l'estomac	

5- a) **Chaque fois que tu respires, ton corps effectue deux mouvements importants; peux-tu les identifier?**

_____

b) **Quelle partie de ton corps s'occupe de recevoir puis de rejeter l'air que tu respires?**

_____

6- **À quoi fait penser le système nerveux quand il travaille dans l'organisme humain?**

- **à une automobile** ☐
- **à un chef d'orchestre** ☐
- **à la charpente d'une maison** ☐
- **à un broyeur de déchets** ☐

TEXTE 2

YOUPPI!

C'EST L'HEURE

DU LUNCH!

(Illustration de Jacques Goldstyn,
Je me petit débrouille, novembre 1989)

Thème 9

Texte 2

YOUPPI! C'EST L'HEURE DU LUNCH!

PRÉSENTATION:

Le texte précédent t'a appris que les aliments étaient l'un des deux "carburants" nécessaires au fonctionnement du corps humain.

Le texte que tu vas lire maintenant te donnera des connaissances sur les meilleurs aliments pour la bonne forme du corps.

PISTE DE RÉFLEXION:

1- D'après toi, un aliment bon au goût est-il en même temps bon pour la santé? Explique ton idée à l'aide d'un exemple.

_____

_____

_____

_____

2- **Voici quatre séries d'aliments. Dans chaque série:**

- **souligne l'aliment que tu aimes le plus;**
- **encercle l'aliment que tu crois le meilleur pour la santé.**

JELLO	JUS DE FRUITS	COLA
THON EN CONSERVE	JAMBON	VIANDES PRESSÉES
TARTE AUX POMMES	PUNCH AUX FRUITS	YOGOURT
FROMAGE	CROUSTILLES	SALAMI

3- **Est-ce que tu prends le temps de déjeuner le matin? Pourquoi?**

_____

_____

_____

4- a) **T'arrive-t-il d'avoir de la difficulté à te concentrer ou même à te tenir éveillé durant un cours?**

- **SOUVENT** _____
- **PARFOIS** _____
- **JAMAIS** _____

b) **À quoi cela est-il dû selon toi?**

_____

_____

_____

Thème 9

Texte 2, Niveau 1

YOUPPI! C'EST L'HEURE DU LUNCH!

La diététicienne Louise Lambert-Lagacé a trouvé de super bonnes idées pour varier ton menu du midi.

- Dans les sandwichs, *remplace la laitue par de la luzerne ou des épinards crus.*
- *Essaie différentes sortes de pain.*
- *Varie les fruits.*
- *Varie aussi les légumes.* Prépare des salades en ajoutant du poulet, du poisson, du fromage...
- *Apporte parfois des repas chauds:* spaghetti, ragoût fait à la maison, riz ou potage aux légumes...

ES-TU PRESSÉ LE MATIN?

- Plusieurs sandwichs, les compotes de fruits et les salades de légumes peuvent *être préparés la veille.*
- Les pains de viande, les soupes, la sauce à spaghetti et les muffins peuvent même *se congeler.*
- Garde en réserve des aliments *prêts à manger* et *très nourrissants* comme les biscuits d'avoine, les graines de tournesol ou les fruits *non sucrés* en boîte.
- Fais *des échanges* avec tes copains. Fais-leur goûter des *aliments nouveaux.*

LE LUNCH IDÉAL:

Ta boîte à lunch devrait contenir:

a) UN ALIMENT RICHE EN PROTÉINES (viande, volaille, poisson, oeufs, fromage, noix, beurre d'arachides);

b) UN FRUIT FRAIS;

c) UN LÉGUME;

d) DU PAIN OU UN PRODUIT CÉRÉALIER ENTIER (muffin au son, pâtes alimentaires, craquelins, riz brun, barre granola);

e) DU LAIT OU UN PRODUIT LAITIER (yogourt, fromage).

CONCLUSION:

Louise Lambert-Lagacé a visité plusieurs écoles. Elle y a constaté deux choses:

- Les élèves québécois ne mangent *pas assez de légumes et de produits laitiers;*
- Dans certains lunchs, il n'y a *aucun aliment contenant des protéines*. Les protéines sont essentielles: elles te donnent *l'énergie nécessaire* pour passer à travers tout un après-midi d'école.

Ta boîte à lunch doit enfin contenir des *aliments riches en fibres* (légumes, fruits, produits céréaliers entiers). Les fibres aident les intestins à débarrasser le corps des déchets de la digestion.

Thème 9

Texte 2, Niveau 2

YOUPPI! C'EST L'HEURE DU LUNCH!

Il est 7 heures du matin. Tu ouvres le frigo, mais tu ne trouves rien de bien intéressant pour préparer ton lunch. Encore la routine!

Louise Lambert-Lagacé est diététicienne. Elle a trouvé de super bonnes idées pour varier les menus du midi et transformer ta boite à lunch en coffre au trésor!

- Dans les sandwichs, remplace la laitue par de la luzerne ou des épinards crus.
- Essaie différentes sortes de pain: de blé entier ou de seigle, pain pitta, croûté, aux raisins ou au fromage...
- Varie les fruits: raisins, kiwi, ananas, cerises.
- Varie aussi les légumes: brocoli, chou-fleur, radis, asperges. Prépare des salades en ajoutant du poulet, du poisson, des crevettes ou du fromage.
- Apporte parfois des repas chauds: spaghetti, ragoût maison, riz ou potage aux légumes.
- Tu aimes la soupe poulet et nouilles en sachet? Ajoute-lui des légumes, elle sera plus nutritive.

ES-TU PRESSÉ LE MATIN?

Plusieurs sandwichs, les compotes de fruits et les salades de légumes peuvent être préparés la veille.

Les pains de viande, les soupes, la sauce à spaghetti et les muffins peuvent même se congeler.

Tu peux aussi garder en réserve des aliments prêts à manger et très nourrissants comme les biscuits d'avoine, les graines de tournesol ou les compotes et les fruits non sucrés en boîte.

Amuse-toi à faire des échanges avec tes copains. Fais-leur goûter des aliments nouveaux.

LE LUNCH IDÉAL:

Ta boîte à lunch devrait contenir un aliment riche en protéines (viande, volaille, poisson, oeufs, fromage, noix, beurre d'arachides), un fruit frais, un légume, du pain ou un produit céréalier entier (muffin au son, pâtes alimentaires, craquelins, riz brun, barre granola) et du lait ou un produit laitier (yogourt, fromage).

Louise Lambert-Lagacé a visité de nombreuses écoles. Elle a trouvé que les élèves québécois ne consommaient pas assez de légumes, de produits laitiers ni d'aliments riches en protéines, sources d'énergie.

La boîte à lunch doit enfin contenir des aliments riches en fibres. Les fibres permettent aux intestins d'éliminer du corps les déchets de la digestion. On trouve des fibres dans les fruits, les légumes et les produits céréaliers entiers.

Thème 9

Texte 2. Niveau 3

YOUPPI! C'EST L'HEURE DU LUNCH!

Il est 7 heures du matin. Tu ouvres le frigo, mais tu ne trouves rien d'alléchant pour préparer ton lunch. Il se composera donc de l'éternel sandwich au jambon, accompagné de carottes et d'une pomme. Encore la routine!

Louise Lambert-Lagacé est diététicienne. Elle connaît bien la panne d'inspiration matinale. Elle a trouvé de super bonnes idées pour varier les menus du midi. Adopte ses idées et transforme ta boîte à lunch en coffre au trésor!

- Dans les sandwichs, remplace la laitue par de la luzerne ou des épinards crus.
- Essaie différentes sortes de pain: de blé entier ou de seigle, pain pitta, croûté, aux raisins ou au fromage... Fais des sandwichs deux couleurs!
- Varie les fruits: kiwi, mangue, raisins, cantaloup, melon d'eau, ananas, papaye, cerises. Invente de délicieuses salades!
- Varie aussi les légumes: brocoli, chou-fleur, radis, avocat, chou rouge ou vert, asperges, choux de Bruxelles. Prépare des salades en ajoutant du poulet, du poisson, des crevettes, du fromage ou des pois chiches. Apporte la vinaigrette dans un pot à épices vide.

- Apporte parfois des repas chauds: spaghetti, ragoût maison, riz ou potage aux légumes.
- Tu aimes la soupe poulet et nouilles en sachet? Double la quantité d'eau et ajoute des légumes, elle aura meilleur goût et sera plus nutritive.

Si tu es de ceux qui sont toujours pressés le matin, retiens que plusieurs sandwichs de même que les compotes de fruits et les salades de légumes peuvent être préparés la veille.

D'autres aliments, comme les pains de viande, les soupes, la sauce à spaghetti et les muffins peuvent même se congeler. Tu peux aussi garder en réserve des aliments prêts à manger et nutritifs comme les biscuits d'avoine, les graines de tournesol ou les compotes et fruits non sucrés en boîte.

Pourquoi enfin ne pas faire des échanges avec tes copains? Fais-leur goûter des aliments qu'ils ne connaissent pas: des fruits exotiques ou tes "recettes secrètes".

Idéalement, ta boîte à lunch devrait contenir un aliment riche en protéines (viande, volaille, poisson, oeufs, fromage, noix, beurre d'arachides), un fruit frais, un légume, du pain ou un produit céréalier entier (muffin au son, pâtes alimentaires, craquelins, riz brun, barre granola) et du lait ou un produit laitier (yogourt, fromage).

Louise Lambert-Lagacé a visité de nombreuses écoles. Selon elle, le lunch des élèves est rarement bien équilibré. "Les élèves québécois ne consomment pas assez de légumes et de produits laitiers. Certains lunchs ne contiennent aucune source de protéines. C'est pourtant essentiel! Les protéines fournissent au corps l'énergie nécessaire pour passer à travers un après-midi d'école."

La boîte à lunch doit enfin contenir des aliments riches en fibres. Les fibres facilitent le passage des déchets de la digestion dans les intestins. On trouve des fibres dans les fruits, les légumes et les produits céréaliers entiers.

Je me petit-débrouille, novembre 1989
de Marie-Claude Ouellett

Thème 9

Texte 2

QUESTIONS SUR LE TEXTE

1- Penses-tu que les conseils de Louise Lambert-Lagacé ne concernent que les élèves qui apportent leur lunch à l'école? Pourquoi?

_____

_____

_____

2- D'après la diététiste, quels sont les trois types d'aliments qui manquent le plus dans la boîte à lunch de l'élève québécois?

_____

_____

3- a) Pour quelle raison les protéines sont-elles si importantes pour le corps?

_____

_____

b) Nomme quatre aliments qui sont riches en protéines.

_____

_____

4- Quel est le rôle des fibres alimentaires dans le corps?

_____

_____

5- Crois-tu que tu donnes à ton corps tous les aliments qui lui conviennent? Quel conseil de Louise Lagacé-Lambert devrais-tu suivre en premier lieu?

_____

_____

_____

6- **Trois élèves de ton école ont affirmé qu'ils possédaient le "lunch idéal".**

a) **Qui de Martine, Simon et Véronique avait raison?**
Fais un crochet vis-à-vis du gagnant ou de la gagnante.

SIMON ☐	MARTINE ☐	VÉRONIQUE ☐
Sandwich thon et pain blanc	Sandwich oeufs et pain de blé entier	Sandwich poulet pressé et pain de blé entier
Boisson aux fruits	Une banane	Un jus de pomme
Salade de chou	Jus de légumes	Une carotte crue
Un beigne au miel	Un yogourt	Un sac de chips
Un Seven-Up	Un verre de lait	Un café sans sucre

b) Souligne les aliments à déconseiller dans les deux autres lunchs.

TEXTE 3

LE MÉDECIN

GUÉRI MALGRÉ LUI

© 1988 François Thisdale, illustrateur
Modulo Éditeur inc. Mont-Royal
Reproduit avec la permission de l'éditeur

Thème 9

Texte 3

LE MÉDECIN GUÉRI MALGRÉ LUI

PRÉSENTATION:

Tu viens de voir qu'une alimentation équilibrée était nécessaire au bon fonctionnement du corps humain.

Mais le corps peut ressentir des malaises de temps en temps. Alors, trop de gens se fient uniquement aux médecins et aux pilules pour les guérir. Pourtant, un peu d'air frais et d'exercice suffirait bien souvent pour remettre le corps "sur ses pattes".

C'est ce que veut illustrer le récit suivant.

PISTE DE RÉFLEXION:

1- Quel est ton degré de confiance à l'égard des pilules et des médicaments?

Beaucoup _____

Modérément _____

Très peu _____

Pas du tout _____

2- **Es-tu un amateur d'exercices physiques? Lesquels pratiques-tu le plus souvent?**

_____

_____

_____

3- a) **Crois-tu qu'une personne puisse guérir plusieurs de ses malaises en faisant de l'exercice physique?**

OUI _____ NON _____

b) **Explique un peu ta réponse.**

_____

_____

_____

Thème 9

Texte 3, Niveau 1

LE MÉDECIN GUÉRI MALGRÉ LUI

La docteure Turcot était songeuse. Elle se demandait de quoi pouvait bien souffrir son bon ami, le vieux docteur Lupien.

DANS LE BUREAU:

Après l'avoir examiné, elle fit passer le malade dans son bureau pour lui dire ce qu'elle en pensait.

"Cher Lupien, votre véritable maladie ne se guérit pas. Mais voici des pilules miracles qui vont soulager votre mal de dos. Vous devrez aussi dormir davantage et cesser de conduire votre automobile.

- Le plus important, c'est de faire disparaître mon mal de dos!

- Autre chose. Voici le nom de la pharmacienne qui vend ces merveilleuses pilules. Allez la voir chaque vendredi, elle vous en donnera d'autres."

À L'ARRÊT D'AUTOBUS:

Le docteur Lupien se sentait très joyeux. Il n'avait même pas réalisé qu'il devrait à l'avenir se déplacer en autobus.

Au début, l'attente aux arrêts d'autobus lui paraissait très longue. Mais il changea vite d'avis en rencontrant plusieurs voyageurs intéressants. Les jours de pluie, il aimait encore mieux marcher. Et tout ça, grâce aux merveilleuses pilules roses!

À LA PHARMACIE:

Le vieux docteur Lupien se sentait de mieux en mieux. Chaque semaine, il se rendait chez la pharmacienne: ils étaient devenus des amis. Souvent, ils quittaient ensemble la pharmacie pour aller prendre un café. Les maux de dos du docteur Lupien avaient complètement disparu.

La docteure Turcot était elle-même surprise du résultat. Elle fit analyser les pilules miracles. Aucune erreur! Son patient prenait bien les pilules de sucre conseillées pour calmer son inquiétude.

CONCLUSION:

La docteure ne révéla jamais sa ruse. Elle garda le secret, même quand son ami Lupien se mit à oublier de prendre ses médicaments.

© 1988 Module Éditeur Inc. Mont-Royal
Reproduit avec la permission de l'éditeur

Thème 9

Texte 3, Niveau 2

LE MÉDECIN GUÉRI MALGRÉ LUI

La docteure Turcot n'arrivait pas à se faire une idée à propos du mal dont souffrait Lupien, son vieux collègue.

L'examen terminé, elle fit passer le malade dans son bureau. Avant de noter par écrit le nom des médicaments à prendre, elle lui fit clairement ses recommandations.

.....

"Lupien, mon cher collègue, vous ne pourrez être guéri complètement, mais votre état n'a heureusement pas empiré. Vos terribles maux de dos disparaîtront grâce aux comprimés miracles que je vais vous prescrire. Ces pilules vont cependant vous obliger à dormir davantage et à renoncer à conduire votre automobile.

- Soulager mes maux de dos est tout ce qui compte!

- Autre chose. Voici le nom de la pharmacienne qui vous procurera ces merveilleuses pilules. Vous devrez vous y rendre tous les vendredis pour en obtenir d'autres."

.....

Heureux de ne plus souffrir, le docteur Lupien n'avait pas prêté attention aux autres conséquences du traitement. Il lui faudrait à l'avenir prendre l'autobus chaque fois qu'il aurait à se déplacer.

Au début, l'attente à l'arrêt d'autobus lui paraissait interminable. Il changea ensuite d'opinion à force d'y rencontrer des gens intéressants. De plus, lorsqu'il pleuvait, il ne prenait pas l'autobus: il marchait. Il avait découvert ainsi qu'il aimait les promenades sous la pluie. Sa vie avait changé, et tout ça grâce aux formidables pilules roses!

Il avait tellement confiance dans le remède qu'il se rendait fidèlement chaque semaine chez la pharmacienne: ils étaient devenus des amis. Souvent même ils quittaient ensemble la pharmacie pour aller prendre un café. Les maux de dos du docteur avaient complètement disparu.

.....

Surprise elle-même du résultat, la docteure Turcot fit analyser les pilules. Elle voulait s'assurer qu'on avait bien donné à Lupien celles qu'elle lui avait recommandées pour calmer son inquiétude. Aucune erreur: c'était bien les mêmes petites pilules de sucre que le docteur Lupien prenait.

La docteure ne révéla jamais à son collègue la ruse qu'elle avait imaginée. Elle garda le secret, même quand son patient se mit à oublier de prendre ses médicaments.

© 1988 Modulo Éditeur inc. Mont-Royal
Reproduit avec la permission de l'éditeur

Thème 9

Texte 3, Niveau 3

- *Les mots en italique sont expliqués à la suite du texte.*

LE MÉDECIN GUÉRI MALGRÉ LUI

La docteure Turcot était préoccupée. Elle n'arrivait pas à établir son *diagnostic*. De quel mal souffrait donc Lupien, son vieux collègue? Elle était confondue.

L'examen terminé, elle fit passer le malade dans son bureau. Avant de rédiger l'*ordonnance*, elle donna ses *prescriptions*, sans y aller par quatre chemins.

"Lupien, mon cher collègue, vous êtes *incurable*, mais votre état est *stationnaire*. Quant aux *symptômes* de votre maladie, ces terribles maux de dos, ils disparaîtront grâce aux comprimés miracles que je vais vous prescrire. Ces pilules n'ont qu'un seul inconvénient: elles donnent envie de dormir et vous ne pouvez pas conduire votre automobile.

- Si ces comprimés peuvent soulager mes maux de dos, il n'y a pas à hésiter!

- Autre chose. Ces merveilleuses pilules ne se trouvent que chez cette pharmacienne dont voici le nom. Vous ne pourrez vous en procurer qu'en petite quantité et devrez donc faire renouveler l'ordonnance tous les vendredis."

Heureux de ne plus souffrir, le docteur Lupien n'avait pas pleinement saisi les fâcheuses *répercussions* du traitement. Or, ces répercussions étaient désastreuses pour lui, qui était un fanatique de l'automobile. Il lui faudrait maintenant prendre l'autobus chaque fois qu'il aurait à se déplacer.

Au début, l'attente à l'arrêt d'autobus lui paraissait des plus longues et des plus détestables. Cependant, après y avoir engagé d'intéressantes conversations, il changea d'opinion. De plus, lorsqu'il pleuvait, il ne prenait pas l'autobus, il marchait. Il s'était découvert un goût pour les promenades sous la pluie. Sa vie était transformée. Tout ça grâce aux formidables pilules roses!

De fait, depuis qu'il les prenait, il allait de mieux en mieux. C'est d'ailleurs sa confiance dans le remède qui l'obligeait à se rendre chaque semaine chez la pharmacienne, avec qui il s'était lié d'amitié. Ils discutaient tous deux longuement et très souvent ils quittaient ensemble la pharmacie pour aller prendre un café. Les maux de dos du docteur avaient complètement disparu.

Surprise du succès complet de son traitement, la docteure Turcot fit analyser les pilules pour s'assurer qu'on avait bien donné à Lupien le *placebo* qu'elle lui avait prescrit pour calmer son inquiétude. Il n'y avait pas eu d'erreur. C'était bien les petites pilules de sucre que le docteur Lupien prenait.

Fine mouche, la docteure ne révéla jamais à son collègue son subterfuge. Elle garda le secret, même quand son patient se mit à oublier de prendre sa médication.

© 1988 Module Éditeur inc. Mont-Royal
Reproduit avec la permission de l'éditeur

LEXIQUE

- *diagnostic* : jugement, décision.
- *ordonnance* : billet sur lequel est écrit le nom des remèdes à prendre.
- *prescription* : recommandation, conseil.
- *incurable* : qui ne peut être guéri.
- *stationnaire* : qui ne change pas.
- *symptôme* : signe, indice.
- *répercussion* : effet, conséquence.
- *placebo* : pilule sucrée, sans aucun effet sur l'être humain: en l'avalant, le malade est confiant de pouvoir guérir car il croit qu'il s'agit d'un vrai médicament.

Thème 9

Texte 3

QUESTIONS SUR LE TEXTE

1- a) Dans quelle partie de son corps le vieux docteur Lupien ressentait-il des malaises?

_____

b) Quels sont les trois conseils que la docteure Turcot donna à son vieil ami?

_____

_____

_____

2- Qu'est-ce que le remède suggéré par la docteure Turcot avait de particulier?

_____

_____

_____

3- Énumère trois découvertes que fit le vieux docteur Lupien à force de prendre l'autobus.

_____

_____

_____

4- a) En réalité, de quoi souffrait le docteur Lupien?

_____

b) Qu'est-ce qui l'a le plus aidé à guérir?

_____

_____

5- D'après toi, quelle leçon nous donne ce récit?

_____

_____

_____

TEXTE 4

LE LANGAGE DU CORPS

(Tire de: Magirama, Walt Disney, Hachette, 1974)

Thème 9

Texte 4

LE LANGAGE DU CORPS

PRÉSENTATION:

Tu as sûrement déjà eu envie d'aborder certaines personnes, de leur parler, mais elles te semblaient tellement peu "jasantes" comme on dit.

Il existe pourtant bien d'autres façons de s'exprimer que la parole. Le corps a parfois des gestes qui veulent dire beaucoup; il suffit de savoir observer.

Le texte suivant va t'en faire connaître quelques-uns.

PISTES DE RÉFLEXION:

1- Jouer continuellement avec un crayon est le signe d'une personne nerveuse. Peux-tu donner d'autres exemples de gestes qui révèlent notre caractère?

2- **Qu'est-ce que tu remarques en premier lieu chez une personne que tu ne connais pas? Pourquoi?**

_____

_____

_____

3- a) As-tu tendance à juger les gens selon leur apparence?

OUI _____ NON _____

b) Penses-tu qu'on peut connaître une personne en se fiant à son apparence? Explique un peu ton idée.

_____

_____

_____

4- Supposons qu'un inconnu se fasse de toi une opinion à partir de tes gestes ou de tes habitudes. Penses-tu qu'il aurait une bonne idée de ton caractère ou de ta personnalité? Donne des exemples.

Thème 9

Texte 4, Niveau 1

LE LANGAGE DU CORPS

Un inconnu se présente chez toi? Rapidement, tu peux te faire une petite idée de son caractère. Pour cela, observe comment cet inconnu

- sonne à ta porte,
- se présente à toi,
- s'assoit,
- boit ce que tu lui as peut-être offert.

LA SONNERIE:

- UN COUP DE SONNETTE LONG est le signe d'une personne distraite, mal élevée.
- UN COUP DE SONNETTE COURT ET FAIBLE annonce une personne timide mais sensible.
- UN COUP DE SONNETTE SEC ET RÉPÉTÉ révèle une personne autoritaire et sûre d'elle.
- PLUSIEURS COUPS DE SONNETTE LONGS, suivis de coups brefs révèlent un visiteur qui a hâte de te rencontrer.

LA PRÉSENTATION:

- UNE MAIN SOLIDE ET OUVERTE veut dire que tu peux avoir confiance en ton visiteur.

- UNE MAIN QUI SERT TRÈS FORT LA TIENNE signifie que l'autre personne exagère souvent les choses.

- UNE MAIN MOLLE est le signe de quelqu'un qui se laisse facilement influencer.

- UNE LONGUE POIGNÉE DE MAIN révèle un visiteur qui a besoin de chaleur et d'affection.

LA POSTURE:

- La personne qui sait ce qu'elle veut s'assoit DANS LE FOND DU FAUTEUIL.

- Le visiteur timide et mal à l'aise s'assoit AU BORD DU FAUTEUIL. Il jette des coups d'oeil rapides autour de lui.

- Une personne méfiante a tendance à s'appuyer SUR LES BRAS DU FAUTEUIL, sans s'y enfoncer.

- Le visiteur dynamique s'installe DANS LE FOND DU FAUTEUIL, POSE SES BRAS SUR LES ACCOUDOIRS ET ALLONGE LES JAMBES PARESSEUSEMENT. Cette personne aime l'aventure et les voyages.

LA FAÇON DE BOIRE:

- BOIRE LENTEMENT, À PETITES GORGÉES, est le signe que ton visiteur s'intéresse à tes paroles.

- La personne QUI BOIT SON VERRE D'UN SEUL COUP a l'esprit ailleurs...

- Une personne égoïste REGARDE TOUJOURS LE FOND DE SON VERRE.

- Tu peux faire confiance au visiteur QUI A VIDÉ SON VERRE EN DEUX OU TROIS GORGÉES, tout en TE REGARDANT ATTENTIVEMENT DANS LES YEUX. Cette personne aime bien partager un plaisir.

(Tiré de : Magirama, Walt Disney, Hachette, 1974)

Thème 9

Texte 4. Niveau 2

LE LANGAGE DU CORPS

Un inconnu se présente chez toi? Rapidement, tu peux te faire une petite idée de son caractère. Il suffit d'observer

- comment il sonne à la porte,
- comment il se présente à toi,
- comment il s'assoit,
- comment il boit si tu lui as offert quelque chose.

Ton visiteur a commencé sûrement par appuyer sur la sonnette de la porte d'entrée. S'il l'a fait pendant longtemps, c'est qu'il est distrait, mal élevé ou... sourd! Le coup de sonnette court et faible révèle une personne timide mais sensible. Mais si le coup est sec et répété, il annonce une personne autoritaire et sûre d'elle. Un visiteur sympathique utilise des coups de sonnette longs, suivis de coups brefs, répétés plusieurs fois. Ce visiteur a hâte de communiquer avec toi.

Tu lui ouvres la porte. Si ton visiteur t'a tendu une main solide et bien ouverte, tu peux lui faire confiance. Mais si cette main serre très fort la tienne, elle est le signe de quelqu'un qui a tendance à exagérer les choses. La main molle est synonyme de faiblesse. En prolongeant sa poignée de main, le visiteur veut dire qu'il a besoin d'affection.

Regardons maintenant sa manière de s'asseoir. Si ton visiteur s'installe dans le fond du fauteuil, il sait ce qu'il veut. S'il prend place sur le bord du fauteuil, en jetant des coups d'oeil rapides autour de lui, c'est qu'il est timide et mal à l'aise. Une personne méfiante s'appuiera sur les bras du fauteuil, sans trop s'y enfoncer. Enfin, le visiteur qui s'installe dans le fond du fauteuil, qui pose ses bras sur les accoudoirs et allonge paresseusement les jambes est une personne qui aime l'aventure et les voyages.

Tu as remarqué comment boit ton visiteur? S'il le fait lentement, c'est qu'il s'intéresse à ce que tu dis. Mais s'il boit son verre d'un seul coup, il a l'esprit ailleurs...

Une personne égoïste garde les yeux dans le fond de son verre. Mais en le vidant en deux ou trois gorgées, sans te quitter des yeux, elle montre qu'elle aime bien partager un plaisir avec des amis: tu peux alors remplir son verre sans hésitation.

(Tire de: Magirama, Walt Disney, Hachette, 1974)

Thème 9

Texte 4, Niveau 3

LE LANGAGE DU CORPS

Si un inconnu se présente chez toi, tu peux rapidement te faire une petite idée de son caractère en observant bien les quelques points suivants: comment il sonne à la porte, comment il se présente à toi, comment il s'assoit et comment il boit si tu lui as offert quelque chose.

Avant même de te tendre la main et de te parler, ton visiteur a sûrement appuyé sur la sonnette de la porte d'entrée. S'il a appuyé longtemps et avec insistance, c'est qu'il est distrait, mal élevé ou... sourd! Le coup de sonnette bref, faible, révèle une personne timide mais sensible. Mais s'il est sec et répété, il annonce une personne autoritaire, très sûre d'elle. L'auteur de coups de sonnette longs, suivis de coups brefs, plusieurs fois répétés, est un personnage sympathique, qui veut communiquer avec toi au plus vite.

Lorsque tu lui as ouvert la porte, ton visiteur t'a tendu la main. Si cette main est solide et bien ouverte, la personne est certainement bien intentionnée. Mais si cette main serre la tienne très fort, elle est le signe de quelqu un qui a tendance à l'exagération. La main molle est synonyme de faiblesse et d un caractere très influençable. Si ton visiteur prolonge sa poignée de main, cela signifie qu'il a besoin d'affection et de chaleur.

Regardons maintenant sa manière de s'asseoir. S'il s'installe dans le fond du fauteuil, c'est quelqu'un qui sait ce qu'il veut. Si, au contraire, il prend place tout au bord du fauteuil en jetant des coups d'oeil rapides autour de lui, c'est qu'il est timide et mal à l'aise. Mais celui qui s'appuiera carrément sur les bras du fauteuil, sans trop s'y enfoncer, révèlera un tempérament un peu méfiant. Cet autre qui s'installe dans le fond du fauteuil, pose ses bras sur les accoudoirs et allonge paresseusement les jambes est un être dynamique qui aime l'aventure et les voyages.

Tu as remarqué comment boit ton visiteur? S'il le fait lentement, à petites gorgées, c'est quelqu'un de très attentif à tes propos. En revanche, celui qui boit son verre d'un seul coup a l'esprit ailleurs...

Méfie-toi de celui qui garde son verre à la main en ne cessant d'en regarder le fond: c'est un égoïste. Par contre, remplis sans hésiter le verre de celui qui l'a vidé en deux ou trois gorgées, tout en te regardant attentivement dans les yeux: il s'agit de quelqu'un qui aime bien partager un plaisir.

(Tiré de: Magritte, Walt Disney, Hachette, 1974)

Thème 9

Texte 4

QUESTIONS SUR LE TEXTE

1- **Trouve les gestes corporels qui conviennent aux types de visiteurs indiqués.**

Réponds par les lettres correspondantes.

- Une personne *méfiante*

____ ____ ____

- Une personne *timide*

____ ____ ____

- Une personne *égoïste*

____ ____ ____

- Une personne *distraite*

____ ____ ____

- Une personne *influençable*

____ ____ ____

A- Toujours fixer le fond d'un verre

B- Une poignée de main molle

C- S'asseoir sur les bras d'un fauteuil

D- Coup de sonnette court et faible

E- Vider son verre d'un seul coup

F- S'asseoir au bord d'un fauteuil

G- Long coup de sonnette

H- Longue poignée de main

2- **Quels gestes du corps annoncent une personne sympathique, en qui on peut avoir confiance à première vue?**

- Dans la manière de SONNER:

_____

- Dans la manière de SE PRÉSENTER:

_____

- Dans la façon de S'ASSEOIR:

_____

- Dans la façon de BOIRE:

_____

_____

TEXTE 5

SE SENTIR BEAU,

SE SENTIR LAID

Illustration de Jacques Goldstyn,
Je me pet l débrouille, mai 1990

Thème 9

Texte 5

SE SENTIR BEAU, SE SENTIR LAID

PRÉSENTATION:

As-tu déjà remarqué comme la beauté était une valeur importante aujourd'hui? Par exemple, à la télé, les personnages des annonces publicitaires sont presque toujours beaux... On finit par penser que les personnes belles sont toujours heureuses: on les envie, on voudrait leur ressembler.

Bien sûr, il s'agit ici de beauté physique, extérieure. Mais peut-on être beau... autrement?

Le prochain texte te parle de cette valeur fort recherchée, la Beauté.

PISTES DE RÉFLEXION:

1- Que doit posséder une personne pour que tu la considères comme étant belle, extérieurement?

2- **Si une fée t'offrait la possibilité de voir se réaliser ton voeu le plus cher, choisirais-tu la beauté? Explique pourquoi.**

3- Tu connais sûrement le dicton: "C'est dans la tête qu'on est beau." Qu'est-ce qu'il veut dire selon toi?

4- Crois-tu que quelqu'un puisse être heureux même s'il n'est pas beau dans son corps? Explique comment.

Thème 9

Texte 5, Niveau 1

SE SENTIR BEAU, SE SENTIR LAID

UN GRAND CHANGEMENT:

À l'adolescence, l'apparence du corps change beaucoup. Suis-je beau? Suis-je laid? On se sent mal avec cette acné sur le visage. On se trouve trop grand ou trop gros. On se sent maladroit. Mais le corps se transforme tout autant à l'intérieur.

MIROIR, DIS MOI:

Pendant l'adolescence, le miroir est un objet super important. Mais un miroir ne te montre jamais tel que tu es vraiment aux yeux des autres. De beaux traits maquillés se voient dans un miroir, mais ils ne sont qu'une façade. Le miroir ne peut pas montrer le regard qui parle du coeur.

LE GROUPE:

Quelquefois, tu ne sais même plus qui tu es. Tu te caches alors derrière un "look" influencé par la mode. Tu te donnes une allure semblable à celle du groupe, de la "gang". Tu te sens beau ou laid selon l'opinion de la "gang". Tu peux même cacher de toi des choses belles par peur de faire rire de toi.

UN JEU DANGEREUX:

Souvent aussi, tu aimes te faire remarquer. Au fond, tu veux dire aux autres et à toi: "Hé! j'existe moi aussi!"

Ce petit jeu peut être dangereux. Si tu attires l'attention sur ce que tu n'as pas, tu trompes les gens. À la longue, tu risques de ne plus savoir toi-même ce que tu as.

LE CHARME AVANT TOUT:

Beauté et charme sont bien différents. Le beau visage que tu admires dans le magazine est peut-être ennuyeux dans la vraie vie. Au contraire, certains visages "laids" s'embellissent au cours d'une conversation.

Le charme est quelque chose de naturel. N'essaie pas de "truquer" ton propre charme en essayant de ressembler à tout le monde.

Le plus important, c'est de METTRE EN VALEUR TA PROPRE PERSONNALITÉ. La mode, tu peux jouer avec, l'adapter à ton style.

Retiens ceci: tu peux souffrir beaucoup en découvrant la laideur du coeur chez quelqu'un que tu trouvais beau. L'inverse est tellement plus intéressant!

(D'après «Paroles pour adolescents ou le complexe du homard» par Françoise Dolto. Hatier. 1989)

Thème 9

Texte 5, Niveau 2

SE SENTIR BEAU, SE SENTIR LAID

À l'adolescence, garçons et filles perdent leur apparence d'enfant, comme le homard qui perd sa carapace. Chacun s'interroge: suis-je beau? suis-je laid? On se sent mal avec cette acné sur le visage. On se trouve trop grand ou trop gros, on est maladroit. Le corps est en pleine transformation, en dedans comme en dehors.

Pendant cette période, le *miroir* est un objet super important. Mais savais-tu qu'un miroir ne te montre jamais tel que les autres te voient vraiment? Même si tes beaux yeux sont maquillés, le miroir ne peut montrer le regard qui parle de ce qui est à l'intérieur de toi: c'est le plus important des deux.

Quelquefois, tu te demandes qui tu es. Tu te caches alors derrière un *look* imposé par la mode. Tu te fabriques une image selon les réactions de ton groupe, de ta *gang*: c'est elle qui décide si tu es beau ou laid. En voulant ressembler aux autres membres du groupe, tu caches parfois des choses belles, comme si tu en avais honte, pour montrer ce que tu as de moins bien.

Souvent aussi, tu as besoin d'attirer l'attention pour te prouver que tu existes. Ce petit jeu peut être dangereux: en attirant l'attention des gens sur ce que tu n'as pas, tu risques de ne plus savoir qui tu es.

Le plus important, c'est de mettre en valeur ta propre personnalité. La mode, tu peux jouer avec, l'adapter à ton style. N'oublie jamais que beauté et *charme* sont deux choses totalement différentes. Les beaux visages que tu retrouves dans les magazines peuvent être des personnes ennuyeuses dans la vraie vie. Au contraire, certains visages *laids* s'embellissent au cours de la conversation.

Le charme est quelque chose de naturel; n'essaie pas de "truquer" le tien en essayant de ressembler à tout le monde. À l'adolescence, c'est normal de ne pas se connaître encore soi-même; alors on croit que l'on se plaira davantage si l'on plaît aux autres.

Retiens ceci: tu peux souffrir beaucoup en découvrant la laideur intérieure chez quelqu'un que tu trouvais beau. Inversement, tu n'as qu'à tomber amoureux de quelqu'un que tu trouvais *laid* pour t'apercevoir ensuite que tout cela ne veut plus rien dire.

(D'après «Paroles pour adolescents ou le complexe du homard», par Françoise Dolto, Hatier, 1989)

Thème 9

Texte 5, Niveau 3

SE SENTIR BEAU, SE SENTIR LAID

Comme un homard qui perd sa carapace, on se retrouve à l'adolescence avec une apparence qui change. On s'interroge: suis-je beau? suis-je laid? On se sent mal avec cette acné sur le visage. On se trouve trop grand ou trop gros, on est maladroit. On se sent comme dans un chantier de construction où il n'y a pas un seul petit coin tranquille pour se reposer. Le corps est en pleine transformation, en dedans comme en dehors.

Pendant cette période, on est complètement esclave du *miroir*. Mais savais-tu qu'un miroir ne montre jamais véritablement ce que les autres voient quand ils te regardent? Dans le miroir, tes traits sont immobiles, même s'ils peuvent être maquillés. De beaux yeux bien maquillés ne sont qu'une façade qui peut tromper, mais le regard qui parle de l'intérieur est bien plus important.

Quelquefois, tu ne sais même plus qui tu es ni ce que tu veux montrer; alors tu te caches derrière un *look* imposé par la mode. Tu te construis une image idéale de toi, basée sur les valeurs du groupe, de la *gang*: tu te sens beau ou laid selon ce que la *gang* en pense. Mais les modes changent, et pour ressembler aux autres membres du groupe, tu en arrives parfois à masquer des choses belles et à montrer ce que tu as de moins bien.

Souvent aussi, parce que tu ne sais plus qui tu es, tu as besoin d'attirer l'attention: en te faisant remarquer, tu as l'impression d'exister. Tu provoques pour être regardé. Des filles et des garçons très beaux en envient d'autres qui ne sont pas plus beaux qu'eux, mais qui sont pleins d'assurance. Tu dois savoir que ce petit jeu peut être dangereux: en attirant l'attention sur ce que tu n'as pas, tu risques de ne plus savoir qui tu es vraiment.

L'essentiel, c'est d'utiliser ce que tu as et ce que tu es, puis de les mettre en valeur. La mode, tu peux jouer avec, l'adapter à ta personnalité. N'oublie jamais que beauté et *charme* sont deux choses totalement différentes. Certains visages qui paraissent parfaits sur la photo glacée d'un magazine peuvent très vite ennuyer dans la vie de tous les jours. Souvent, on ne peut détacher ses yeux de certains visages *laids*: ils se transforment au cours de la conversation.

Le charme agit là où on ne l'attend pas. C'est précisément pour cela que tu es toujours le moins bien placé pour mesurer ton propre charme. Comme ton charme est quelque chose de naturel, il vaut mieux ne pas le "truquer" pour essayer de ressembler à tout le monde.

À l'adolescence, on ne se connaît pas bien encore soi-même; alors, on croit que l'on se plaira davantage si l'on plaît aux autres.

Retiens que tu peux souffrir beaucoup en découvrant la laideur intérieure chez quelqu'un dont la beauté physique t'avait séduit. Inversement, il suffit de tomber amoureux de quelqu'un que tu croyais trouver *laid* pour t'apercevoir que, dès que tu aimes, tout cela ne veut plus rien dire.

(D'après «Paroles pour adolescents ou le complexe du homard» par Françoise Dolto, Hatier, 1989)

Thème 9

Texte 5

QUESTIONS SUR LE TEXTE

1- Quelles sont tes impressions après avoir lu le texte?

_____

_____

_____

_____

2- Quel phénomène important se passe au moment de l'adolescence?

_____

_____

3- a) Par quoi les adolescents sont-ils le plus influencés quand il s'agit de leur apparence physique?

1° _____

2° _____

b) Pour quelle raison les adolescents se laissent-ils influencer comme ça?

_____

_____

4- **L'adolescent cherche à attirer l'attention, à se faire remarquer. Peux-tu expliquer pourquoi?**

_____

_____

5- **Complète le paragraphe de droite.**

La BEAUTÉ est quelque chose d'artificiel, d'extérieur. La BEAUTÉ se remarque surtout au niveau du visage.	Le CHARME est quelque chose de _____. d' _____. Le CHARME est fait de qualités qui viennent du _____.

6- **Quel grand conseil le texte donne-t-il aux adolescents à propos de leur apparence, de la Beauté?**

_____

_____

_____

THÈME 9

COMMUNICATION ORALE

(Illustration de Jacques Goldstyn
Je me perds débrouille, avril et décembre 1988)

Thème 9
ORAL

SUIS-JE EN FORME?

Au début de ce module sur le corps humain, tu as été invité à passer un petit test pour évaluer ta santé et tes habitudes de vie.

Je te propose de communiquer à tes camarades *les résultats* que tu as obtenus. Donne-leur aussi *les raisons* pour lesquelles tu as été plus fort ou plus faible dans certaines parties du test.

Pour y arriver, je te suggère la démarche suivante.

a) Commence par faire le *total des points obtenus* dans chacune des 5 parties du test: coeur, alimentation, muscles, détente, santé.

b) Observe la partie *la plus forte* et la partie *la plus faible* de ton test.

c) Donne les principales *raisons qui expliquent* ces deux résultats (exemple: Moi, je déteste manger du poisson OU Je n'ai aucune difficulté à m'endormir...)

d) Tu peux également apporter des exemples de ta vie quotidienne pour illustrer tes raisons (exemple: "Une fois, ma mère a essayé de me faire manger du brocoli en...").

e) **Termine ta communication en disant ce que tu veux changer dans tes habitudes de vie à l'avenir (tes résolutions).**

f) **Une fois ta préparation terminée (utilise *la fiche* ci-après), exerce-toi à haute voix en prenant bien soin**

- de parler *plutôt lentement*;
- de *prononcer* correctement;
- de parler *plus fort* qu'en temps ordinaire;
- de mettre *du ton* dans ce que tu dis.

FICHE PRÉPARATOIRE

1 MA PERFORMANCE

- Côté coeur: ____ points sur 25
- Côté alimentation: ____ points sur 40
- Côté muscles: ____ points sur 20
- Côté détente: ____ points sur 20
- Côté santé: ____ points sur 35

2 MA PARTIE LA PLUS FORTE EST: _____

- Les principales raisons (énumération):

_____

_____

_____

- Un exemple (quelques mots comme points de repère):

_____

_____

3 **MA PARTIE LA PLUS FAIBLE EST:** _____

- Les principales raisons (énumération):

_____

_____

_____

- Un exemple (quelques mots comme points de repère):

_____

_____

4 **CONCLUSION**

- Ce que je veux changer à l'avenir:

_____

_____

_____

Thème 9

ORAL

VOYEUR SANS MALICE

Les gestes du corps sont très révélateurs du caractère ou des sentiments d'une personne, souvent plus que ses paroles.

Le texte 4 te l'a montré. Je te propose de le vérifier toi-même sur place et de rendre compte à tes camarades du résultat de tes observations.

Pour y arriver, suis la démarche suivante.

a) Choisis d'abord un endroit où tu pourras observer des personnes sans qu'elles ne s'en aperçoivent: la salle de dégagement de ton école, un coin de corridor, un restaurant, un centre commercial, un arrêt d'autobus...

b) De l'endroit choisi, observe deux personnes très différentes au premier coup d'oeil: une jeune et une vieille, une grande et une petite, un sportif et un homme d'affaires.

c) Ensuite, prend discrètement en note les gestes, les tics, les postures des deux personnes:

- X regarde souvent sa montre; il marche de long en large...
- Y tape continuellement du pied; elle joue toujours avec ses clés...

d) **En classe ou chez toi, relis tes notes et essaie de trouver la signification des gestes observés:**

- **X paraissait nerveux: examen à passer?**
- **Y semblait impatiente: décision importante à prendre?**

e) **Prépare ta communication en utilisant la fiche de préparation ci-après.**

f) Une fois ta préparation terminée, exerce-toi à haute voix en prenant bien soin

- de parler plutôt lentement;
- de prononcer correctement;
- de parler plus fort qu'en temps ordinaire;
- de mettre du ton dans ce que tu dis.

© 1988 Modulo Éditeur Inc. Mont-Royal
Reproduit avec la permission de l'éditeur

FICHE PRÉPARATOIRE

1 DÉBUT

- Mon poste d'observation: _____
- Le type des personnes observées:
  - la 1re: _____
  - la 2e: _____

2 OBSERVATIONS

Première personne

Gestes	Interprétation

Deuxième personne

Gestes	Interprétation

3 CONCLUSION

- Ce que je retire de l'expérience:

THÈME 9

COMMUNICATION ÉCRITE

(Illustration de Jacques Goldstyn)

Thème 9

Écriture, Niveaux 1 et 2

UNE BONNE BOUGEOTTE

Le texte encadré ci-après donne à tout le monde de l'information sur l'importance de l'exercice physique pour la bonne forme du corps.

Transforme ce texte en QUATRE CONSEILS PRATIQUES QUE TU DONNERAIS à quelqu'un de ton entourage.

Tu y arriveras en faisant les DEUX CHANGEMENTS suivants:

- mettre les verbes à l'impératif présent, 2e personne du singulier (exemples: va, dis, fais);
- utiliser des déterminants de la 2e personne (ton, ta).

Pour savoir à quoi ressemble un texte qui donne des conseils pratiques, relis la première partie du texte 2 (Youppi! c'est l'heure du lunch!).

Les mots soulignés sont ceux que tu dois transformer. Récris le texte au complet, même les mots qui ne changent pas.

À la longue, le manque d'exercice peut nuire à la santé. Pour aider son corps à fonctionner de façon efficace, il faut faire des exercices régulièrement. Il faut aussi choisir des exercices qui nous plaisent: danse, tennis, natation... Il est bon de varier la série d'exercices pour éviter l'ennui mais aussi pour faire travailler tous ses muscles. Il faut éviter les blessures en y allant à son propre rythme. L'exercice, c'est un plus pour l'avenir!

GRILLE DE RÉVISION ET ÉVALUATION FORMATIVE

UNE BONNE BOUGEOTTE

	Ce que j'en pense		Ce que mon professeur en pense	
	oui	non	oui	non
1- J'ai écrit le texte au complet.	____	____	____	____
2- Mon texte contient bien quatre conseils pratiques.	____	____	____	____
3- J'ai mis les verbes des quatre conseils au présent de l'impératif, 2e personne du singulier.	____	____	____	____
4- J'ai fait accorder correctement les verbes à l'impératif.	____	____	____	____
5- J'ai utilisé des déterminants de la 2e personne.	____	____	____	____
6- J'ai transcrit le reste du texte correctement.	____	____	____	____
7- J'ai écrit lisiblement.	____	____	____	____

Thème 9
Écriture, Niveaux 1 et 2

MOI, DOCTEUR LUPIEN...

Quand tu lis une histoire, parfois c'est l'auteur qui parle, parfois c'est un personnage.

Compare les deux phrases suivantes.

- "La docteure ne révéla jamais sa ruse."

  C'est l'auteur qui raconte.

- "Je ne révélai jamais ma ruse."

  C'est le personnage qui parle.

À TON TOUR D'ESSAYER! Le passage ci-dessous est extrait du texte 3 (Le médecin guéri malgré lui). Transforme-le de façon à laisser parler le personnage du docteur Lupien.

> Le docteur Lupien se sentait très joyeux. Il n'avait même pas réalisé qu'il devrait à l'avenir se déplacer en autobus. Au début, l'attente aux arrêts d'autobus lui paraissait très longue. Mais il changea vite d'avis en rencontrant plusieurs voyageurs intéressants. Les jours de pluie, il aimait encore mieux marcher. Tout ça, grâce aux merveilleuses pilules roses!

Pour y arriver, tu dois faire TROIS CHANGEMENTS:

- mettre les sujets à la 1re personne;
- changer la terminaison des verbes;
- utiliser des déterminants de la 1re personne (mon, ma, me).

En cas de doute, consulte les deux exemples donnés plus haut. Les mots soulignés sont ceux que tu dois transformer. Récris le passage au complet, même les mots qui ne changent pas.

GRILLE DE RÉVISION ET ÉVALUATION FORMATIVE

MOI, DOCTEUR LUPIEN...	Ce que j'en pense		Ce que mon professeur en pense	
	oui	non	oui	non
1- J'ai écrit le texte au complet.	____	____	____	____
2- Mon texte laisse parler le personnage du docteur Lupien.	____	____	____	____
3- J'ai mis les sujets à la 1re personne.	____	____	____	____
4- J'ai mis à la 1re personne du singulier les verbes utilisés par le personnage.	____	____	____	____
5- J'ai fait accorder correctement les verbes de la 1re personne.	____	____	____	____
6- J'ai utilisé des déterminants de la 1re personne.	____	____	____	____
7- J'ai transcrit le reste du texte correctement.	____	____	____	____
8- J'ai écrit lisiblement.	____	____	____	____

Thème 9

Écriture, Niveaux 2 et 3

UNE CONVERSATION NOURRISSANTE

(Illustration de Jacques Goldstyn)

Imaginons le scénario suivant à partir de l'illustration ci-haut. Voisin de table de Catherine et de Simon à la cafétéria, tu as suivi la conversation qu'ils ont eue au sujet de leur lunch du midi.

Rapporte la suite de leur conversation en t'aidant des indices fournis par l'image.

- Mets un TIRET (—) chaque fois qu'il y a CHANGEMENT de personnage.
- N'oublie pas de FERMER LES GUILLEMETS à la fin de la conversation.
- Si tu le peux, ajoute des expressions comme DEMANDA CATHERINE ou RÉPONDIT SIMON, pour aider le lecteur à savoir qui parle.

"C'est ça, ton lunch?! s'écria Catherine en voyant Simon avaler ses chips.

- Je n'ai pas eu le temps de m'en faire un! répondit-il, la bouche pleine.

GRILLE DE RÉVISION ET ÉVALUATION FORMATIVE

UNE CONVERSATION NOURRISSANTE	Ce que j'en pense		Ce que mon professeur en pense	
	oui	non	oui	non
1- J'ai fait parler mes deux personnages sur le contenu de leur lunch.	____	____	____	____
2- Je me suis servi des indices illustrés.	____	____	____	____
3- J'ai mis un tiret devant les paroles de chaque personnage.	____	____	____	____
4- J'ai fermé les guillemets à la fin de la conversation.	____	____	____	____
5- Mon vocabulaire est varié: je n'ai pas répété les mêmes mots.	____	____	____	____
6- Mes phrases sont bien construites: elles se lisent bien.	____	____	____	____
7- J'ai mis mes majuscules et mes points.	____	____	____	____
8- J'ai fait accorder les mots au pluriel (s, x).	____	____	____	____
9- J'ai fait accorder correctement les verbes quand le sujet était JE (Catherine ou Simon).	____	____	____	____
10- J'ai écrit lisiblement.	____	____	____	____

Thème 9

Écriture, Niveaux 2 et 3

MON JOURNAL PERSONNEL

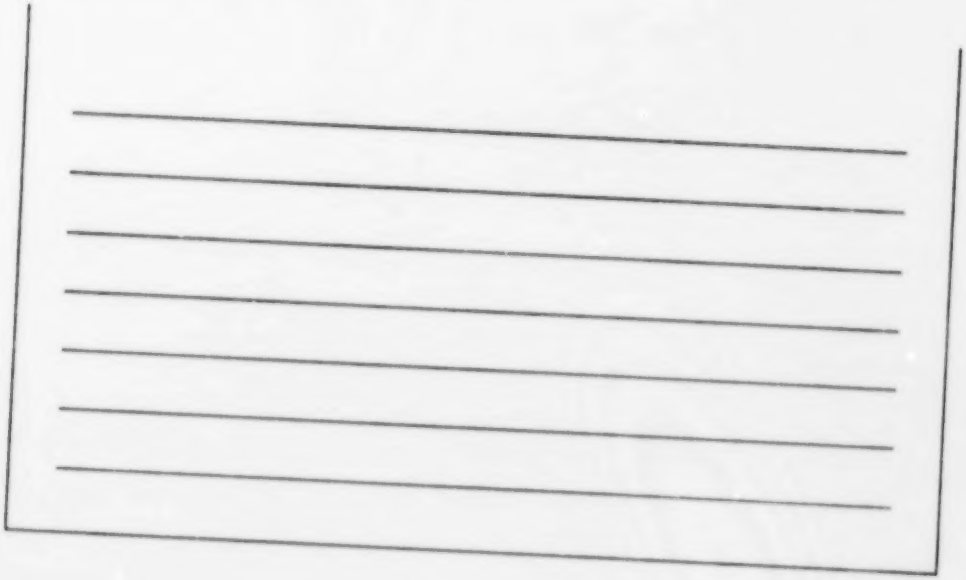
À l'adolescence, le journal personnel est souvent notre ami le plus sûr, celui à qui on confie ses pensées les plus secrètes, ses rêves les plus chers.

Imagine ce que tu écrirais dans ton journal personnel, à la suite de la phrase suggérée plus bas. Utilise l'espace réservé ou compose de cinq à six phrases.

_____

(date fictive)

Hier, j'ai passé de longues minutes à me regarder dans le miroir...



GRILLE DE RÉVISION ET ÉVALUATION FORMATIVE

MON JOURNAL PERSONNEL
(extrait)

	Ce que j'en pense		Ce que mon professeur en pense	
	oui	**non**	**oui**	**non**
1- J'ai écrit des pensées sur la beauté et sur mon apparence personnelle.	____	____	____	____
2- J'ai écrit mon texte à la 1re personne (JE).	____	____	____	____
3- Mon vocabulaire est varié: je n'ai pas répété les mêmes mots.	____	____	____	____
4- Mes phrases sont bien construites: elles se lisent bien.	____	____	____	____
5- J'ai mis mes majuscules et mes points.	____	____	____	____
6- J'ai fait accorder les mots au pluriel (s, x).	____	____	____	____
7- J'ai fait accorder correctement les verbes quand le sujet était JE.	____	____	____	____
8- J'ai écrit lisiblement.	____	____	____	____

Thème 9

Écriture, Niveau 1

87 MOTS À SAVOIR ORTHOGRAPHIER

avaler
beurre
biscuit
boisson
boîte
bonbon
bouche
boucher, bouchère
café
caramel
cheveu, cheveux
coeur
dent
dentiste
dîner
docteur
doux, douce
fée
figure
forme
gâteau, gâteaux
géant, géante
gorge
goût
hôpital, hôpitaux
image
intérieur, intérieure
jusque
laid, laide
langue
lèvre
malade
maladie
mâle, femelle
malin, maligne
médecin
menu
mercredi
miel
milieu, milieux
minute
mode
morceau, morceaux
mort
moustache
muscle

nombre
oreille
orteil
os
pâle
parler
parole
partie
patte
phrase
possible
propre
quatre
reculer
régaler
remarquer
remercier
rencontrer
repas
repos
retour
réveiller
rire
rond, ronde
rôti, rôtie
roux, rousse
salade
sale
salle
saut
sec, sèche
semaine
soif
soigner
souffler
souffrir
souper
sourire
toucher
ventre
vie

Thème 9

Écriture, Niveaux 2 et 3

204 MOTS À SAVOIR ORTHOGRAPHIER

accident
alcool
ananas
appétissant, appétissante
avaler
betterave
beurre
bière
biscuit
boisson
boite
bonbon
bouche
boucher, bouchère
bouillie
café
caramel
cheveu, cheveux
cigarette
coeur
crâne
délice
délicieux, délicieuse
dent
dentiste
dessert
dîner
distrait, distraite
docteur
doux, douce
étroit, étroite
fauteuil, fauteuils
fée
figure
flanc
forme
front
gâteau, gâteaux
géant, géante
gêné
généreux, généreuse
gland
gonfler
gorge
gourmand, gourmande
goût

grêle
grimace
grossir
gymnase
gymnastique
haleine
handicapé
hôpital, hôpitaux
hygiène
hypocrite
illustration
image
imprudence
indigestion
inférieur, inférieure
intéressant, intéressante
intérieur, intérieure
joue
jus
jusqu'à
jusque
laid, laide
laitue
langage
langue
lèvre
liqueur
loisir
mâchoire
maigre
majuscule
malade
maladie
mâle, femelle
malin, maligne
maquillage
matériau, matériaux
médecin
médicament
membre
menton
menu
mercredi
miel
milieu, milieux
minute
mode
morceau, morceaux
mort
moustache
muscle
naissance
négligence
négligent, négligente

négliger
nerf
nerveux, nerveuse
nettoyer
nombre
odorat
oeil
oreille
orgueilleux, orgueilleuse
orteil
os
oxygène
pâle
pansement
paraître
paralyser
paresseux, paresseuse
parfait, parfaite
parler
parole
partie
patte
paupière
pencher
perfection
pharmacie
pharmacien, pharmacienne
phrase
physique
poids
poil
poing
position
possible
poumon
précaution
proportion
propre
propreté
quantité
quart
quatre
quelquefois
quotidien
rectangle
reculer
réflexion
régaler
remarquer
remerciement
remercier
rencontrer
renvoyer
répandre

repas
repos
respiration
ressembler
restaurant
retour
réveil
réveiller
rhume
rire
rond, ronde
rôti, rôtie
roux, rousse
rythme
saigner
salade
sale
salière
salle
sandwich(s) ou (es)
sang
saut
savoureux, savoureuse
sec, sèche
semaine
sens
sensation
sexe
shampoing
soif
soigner
sommeil
souffler
souffrir
souper
sourcil
sourire
squelette
terminus
toilette
toucher
toux
use
vaccin
veine
ventre
vie
vieillard
vigoureux
zone

Gouvernement du Québec
Ministère
de l'Éducation

16-1545-91

Niveau(x) d'enseignement : 4 Numéro EDUQ : 9270963
Centre d'intérêt : 751

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle : thème 9 : le corps humain -- [Québec] : Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires, c1992.
5 v. ([14] ; 120 ; 28 ; 28 ; 35 p.) : ill. ; 28 cm.

La couv. porte en outre : Dans les écoles du Québec, on sait s'adapter. Code : 9293-0117 à 9293-0120 (v. 2-5), 16-1545-90 à 16-1545-94 (v. 1-5). Dépouillement : v. [1] : Tableau des objectifs ; Tableau des activités ; Feuille de route -- v. [2] Français -- v. [3] : Français : exercices en lecture : niveau 1 -- v. [4] : Français : exercices en lecture : niveau 2 -- v. [5] : Mathématique.

ISBN 2-550-23205-4

ISBN 2-550-23206-2

ISBN 2-550-23207-0

ISBN 2-550-23208-9

Vedette(s)-secondaire(s) : Québec (Province). Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Descripteur(s) : Français (Langue) • Mathématiques • Lecture • Activité d'apprentissage • Matériel didactique • Objectifs d'enseignement • Secondaire (Ordre d'enseignement)

Identificateur(s) de sujet : Cheminement particulier de formation • Corps humain

Ces documents font partie de la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au premier cycle du secondaire. La série comprend, autour du thème "le corps humain", un tableau des objectifs, des activités et une feuille de route (v. 1), des exercices de lecture, de communication orale, de communication écrite et d'orthographe d'usage (v. 2), des exercices en lecture pour le niveau 1 (v. 3), des exercices en lecture pour le niveau 2 (v. 4), des activités d'apprentissage en mathématique (v. 5).

Type de document

9270963-C

FRANÇAIS

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

EXERCICES EN LECTURE

NIVEAU 1

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle

Mars 1992

Québec

427 1163 C

FRANÇAIS

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

EXERCICES EN LECTURE

NIVEAU 1

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle

---

Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Dans le présent document, le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

© Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation, 1992 -- 9293-0119

ISBN 2-550-23206-2

Dépôt légal – 3e trimestre 1992
Bibliothèque nationale du Québec

Thème 9

Exercice 1, Niveau 1

EXERCICE POUR AIDER À RECONNAÎTRE LES MOTS

Trouve le nombre de fois que chaque mot-vedette est répété. Un conseil: cherche un mot à la fois.

Mots à chercher	Nombre de fois
avaler	_____
bouche	_____
coeur	_____
exercice	_____
forme	_____
hygiène	_____
inspirer	_____
muscle	_____
squelette	_____
tissu	_____

	A	B	C	D
1-	coeur	nerf	bouchée	respirer
2-	exercice	hygiène	prudence	muscle
3-	médicament	expirer	forme	cent
4-	avaler	tissu	propreté	distrait
5-	fauteuil	oxygène	squelette	flanc
6-	étroite	muscle	sang	tissu
7-	bouche	bouche	imprudence	inspirer
8-	distraite	corps	avaler	exercice
9-	gorge	sans	vaccin	bouche
10-	illustration	exercice	forme	squelette
11-	hygiène	inspirer	dévaler	fauteuil
12-	coeur	rhume	poumon	exercice
13-	maladie	boisson	hygiène	tous
14-	forme	activité	avaler	muscle
15-	squelette	toux	exercice	hygiène

Thème 9

Exercice 2, Niveau 1

EXERCICE POUR AIDER À RECONNAÎTRE LES MOTS

Coche (✔) le mot-vedette qui n'apparaît jamais dans la liste du bas.

Mots-vedettes

- ☐ maladie
- ☐ morceau
- ☐ mâchoire
- ☐ menu
- ☐ minute
- ☐ muscle
- ☐ médecin
- ☐ mode
- ☐ malin
- ☐ mort

- minute
- mort
- mâchoire
- menu
- maladie
- morceau
- médecin
- muscle
- minute
- menu
- maladie
- morceau

- mâchoire
- morceau
- menu
- maladie
- minute
- muscle
- mort
- mâchoire
- morceau
- muscle
- maladie
- menu

Thème 9

Exercice 3, Niveau 1

EXERCICE EN LECTURE: REPÉRAGE DE MOTS

Trouve le mot-vedette caché dans chaque phrase. Indique, à côté de ce mot-vedette, le numéro de la phrase où tu l'as trouvé.

Mots-vedettes

- ☐ paresseux
- ☐ partie
- ☐ parole
- ☐ pharmacie
- ☐ physique
- ☐ poids
- ☐ précaution
- ☐ poumon
- ☐ possible
- ☐ propreté
- ☐ quelquefois
- ☐ quotidien

1- La propreté est une forme de respect que l'on doit à son corps.

2- Le terrain de tennis et la pente de ski font plus que la pharmacie pour favoriser une bonne santé.

3- Chacun de tes deux poumons pèse à peine 500 grammes.

4- Attention! Trop est quelquefois aussi mauvais que pas assez quand on fait de l'exercice.

5- Une bonne alimentation doit comprendre le plus de fruits et de légumes possible.

6- Le squelette est une sorte de charpente qui tient ensemble les diverses parties de ton organisme.

7- Choisis tes activités avec précaution si tu ne veux pas tout abandonner après une semaine ou deux.

8- Ton coeur fait plus de 100 000 battements quotidiens pour pomper le sang partout dans ton corps.

9- L'activité physique sera toujours une montagne aux yeux des gens paresseux.

10- Quand on veut perdre du poids, il est recommandé de ne pas perdre plus de deux kg (4,4 livres) par semaine.

11- Le corps a bien d'autres moyens que la parole pour réussir à communiquer.

Thème 9

Exercice 4, Niveau 1

EXERCICE POUR AIDER À LIRE DES PHRASES

Souligne le bon mot selon le sens de la phrase.

1- C'est en (inspirant, expirant) que tu rejettes l'air emprisonné dans ton corps.

2- L'exercice sert à (durcir, ramollir) tes muscles.

3- Toutes les activités de ton corps sont dirigées par le système (nerveux, digestif).

4- Il faut toujours fournir à son corps une alimentation (délicieuse, équilibrée).

5- Lorsque tu dors, ton corps est (actif, inactif).

6- La beauté, c'est avant tout quelque chose (d'intérieur, d'extérieur).

7- Le (cerveau, coeur) sert à pomper le sang dans ton corps.

8- Les aliments trop (maigres, gras) sont dangereux pour la santé.

9- Marcher tête haute peut être le signe d'une personne (fière, timide).

10- La nourriture que tu manges est digérée grâce au bon travail du foie et des (intestins, nerfs).

Thème 9

Exercice 5. Niveau 1

EXERCICE POUR AIDER À LIRE DES PHRASES

Complète les phrases du texte avec les mots suggérés dans la liste.

alimentation	eau
ascenseur	engraissant
bouffer	exercice
coeur	poids
déjeuner	posture

TRUCS POUR AMÉLIORER MA MÉCANIQUE

- Pour un démarrage parfait, je dois _____chaque matin!
- La tendance est aux voitures plus légères. Pourquoi la tendance ne serait-elle pas aussi aux conducteurs à _____ léger?
- Quand le moteur chauffe, c'est que le radiateur manque d'eau. Si je me sens fatigué, je bois un grand verre d' _____ .
- Je profite du moment de la pause pour laisser reposer mon moteur et non pour _____ .

- Quand ma bagnole vibre de partout, je fais aligner les roues. Pour soigner mes maux de dos et de nuque, je corrige ma _____ au travail et je fais de l'_____ moins deux fois par semaine.

- Je fais venir la dépanneuse seulement dans les cas d'urgence. Je prends l'_____ seulement si c'est vraiment nécessaire.

- L'essence sans plomb est moins polluante. Le jus de canneberge sans bière est moins __ _____.

- Ce n'est ni mon père, ni mes amis qui vont manger à ma place. C'est moi qui mange; c'est moi qui mène mon _____.

- Je fais en sorte que le ronron de mon _____ ressemble bien que le ronron de mon moteur.

(D'après un dépliant)

Thème 9

Exercice 6. **Niveau 1**

EXERCICE POUR AIDER À LIRE DES PHRASES

Trouve par des traits les segments de droite à ceux de gauche pour former des phrases complètes.

Les fibres alimentaires	élimine les déchets du corps
Le foie	est le plus gros organe du corps
Les poils du nez	aident les intestins à fonctionner
Le glucose	est un des combustibles du corps
Le calcium	favorise la bonne santé des os
Le tympan	se situe dans l'oreille
Les poumons	reçoivent l'oxygène de l'air
Les céréales	sont une bonne source d'énergie

Thème 9

Exercice 7, Niveau 1

EXERCICE POUR AIDER À RECONNAÎTRE LES MOTS ET À LIRE LES PHRASES

Dans chaque colonne, choisis un mot pour former une phrase qui aura du sens.

1-	Le cerveau	jette	l'alimentation
	L'énergie	contrôle	l'air
	Le foie	élimine	les gestes
2-	Les fibres	retiennent	le sucre
	Les adolescents	développent	une protéine
	Les céréales	adorent	la prescription
3-	La digestion	vient	du coeur
	Le miroir	fuit	les fibres
	La beauté	souffre	l'acné
4-	Les sens	ont construit	les plantes
	Les médicaments	ont appelé	l'exercice
	Les mains	ont remplacé	la douleur
5-	Le coeur	brûle	le poisson
	L'exercice	lance	le sang
	La cellule	interdit	les calories

Thème 9

Exercice 8, Niveau 1

EXERCICE SUR LE SENS DES MOTS ET DES PHRASES

Que signifie le mot ou groupe de mots souligné dans la phrase? Coche (✓) la bonne réponse.

LA NOURRITURE DE L'HOMME MODERNE

1- La "diététique" a pour but de définir comment les hommes doivent se nourrir pour demeurer en bonne santé.

- ☐ défendre
- ☐ expliquer
- ☐ manger

2- La ration alimentaire nécessaire à chaque individu varie selon l'âge, le sexe, l'état de santé, le travail.

- ☐ goût des aliments
- ☐ sorte du produit
- ☐ quantité de nourriture

3- **Un adulte qui fait un travail physique intense a besoin de 10 litres d'eau par jour et de plus de 4000 calories.**

- ☐ épuisant
- ☐ à l'extérieur
- ☐ dangereux

4- **Si l'alimentation n'est pas équilibrée, des ennuis de santé graves risquent de survenir.**

- ☐ manquer
- ☐ mourir
- ☐ arriver

5- **Bien des problèmes de santé sont dus à des excès alimentaires.**

- ☐ ignorances
- ☐ exagérations
- ☐ habitudes

6- **Les médicaments pour maigrir contrarient le fonctionnement normal du corps.**

- ☐ aident
- ☐ dérangent
- ☐ soulagent

Thème 9

Exercice 9, Niveau 1

EXERCICE SUR LE SENS DES PHRASES

Indique par OUI ou NON si la phrase a du sens.

1- Plus une personne dépense d'énergie au travail, plus elle a besoin de calories. ____

2- Les os ne grandissent pas. ____

3- En urinant, tu élimines les déchets contenus dans le sang. ____

4- Manger mal est aussi dangereux pour la santé que manger trop. ____

5- Lorsque tu éternues, ton corps empêche les saletés de se rendre à tes poumons. ____

6- On serait en meilleure santé si on ne mangeait jamais de viande. ____

7- L'inactivité rend les os plus durs. ____

8- L'inconvénient des boissons gazeuses (coke, seven-up), c'est qu'elles contiennent beaucoup de sucre. ____

9- La mauvaise haleine du matin est le signe que le corps ne fonctionne pas durant la nuit. ____

10- Il faut se méfier des fibres alimentaires contenues dans les céréales et le pain brun. ____

11- Les médicaments sont nuisibles à la santé. ____

12- Les aliments contiennent toutes les vitamines dont le corps a besoin. ____

Thème 9

Exercice 10, Niveau 1

EXERCICE SUR LE SENS DES TEXTES

Place des majuscules et des points où il en faut.

LE JEÛNE

pour une personne en bonne santé il n'y a aucun danger à s'imposer un jeûne de 24 heures et certaines personnes tirent satisfaction d'un jeûne accasionnel mais jeûner pendant plus de deux ou trois jours peut être dangereux et cela ne doit se faire que sous surveillance médicale

(Le Soleil, Lundi 4 novembre 1991)

Thème 9

Exercice 11, Niveau 1

EXERCICE SUR LE SENS DES TEXTES

Tu as reçu en cadeau un album illustré qui a pour titre "Le corps, ton ami".

Ton album comprend cinq parties:

1° Les parties de ton corps
2° Nourrir ton corps
3° Ton corps a besoin d'activité
4° Le corps idéal
5° Bien te connaître

Dans quelle partie de ton album penses-tu pouvoir trouver les renseignements suivants?

1- L'adolescence est une période où l'on a souvent des hauts et des bas. L'exercice permet justement d'augmenter le niveau d'énergie et de combattre les sautes d'humeur qui peuvent parfois conduire jusqu'à la dépression.

Partie: _____

2- Le cérumen (ou cire) qui se trouve dans les oreilles provient des glandes situées près des tympans. Un des rôles importants du cérumen est de protéger le tympan contre les bactéries.

Partie: _____

3- De nombreux chercheurs disent que la société se divise en deux groupes: les "visuels" (voir) et les "auditifs" (entendre). Par exemple, les visuels aiment beaucoup manger et vivre en groupe; les auditifs, eux, préfèrent être seuls et mangent par obligation.

Partie: _____

4- Tablettes de chocolat, pâtisseries, boissons gazeuses et autres collations "tout de sucre" contribuent à détruire le corps. Pourquoi ne pas les remplacer par les fruits, les jus de fruits et le yogourt?

Partie: _____

5- Pour grossir leurs muscles, bien des jeunes athlètes forcent leur corps en avalant des substances chimiques appelées "stéroïdes anabolisants".

Partie: _____

Thème 9

Exercice 12, Niveau 1

EXERCICE SUR LE SENS DES TEXTES

Donne à chaque texte le titre qui lui convient.

- Les vitamines
- Les os
- Les reins

Titre: _____

Ils se situent de chaque côté de la colonne vertébrale, au niveau de la taille. À l'âge adulte, chacun mesure environ 12 cm de longueur et 5 cm d'épaisseur. Ils servent à vérifier la quantité de sel qu'il doit y avoir dans le sang.

Titre: _____

On a coutume de les identifier par les lettres de l'alphabet. Il y en a de deux sources: animale (dans le lait, les oeufs, le beurre et le poisson) et végétale (dans les carottes, les épinards, le céleri). Elles sont indispensables au bon fonctionnement de l'organisme.

Titre: _____

Ils n'en existe pas deux pareils. Tous sont très différents, par leur forme et par leur taille. Selon leur forme, ils sont longs, plats ou courts. Leur taille varie entre un demi-mètre (dans la jambe) et quelques millimètres (dans l'oreille).

Thème 9

Lecture, Niveau 1

100 MOTS À SAVOIR RECONNAÎTRE GLOBALEMENT

aborder
absorber
accoudoir
acné
adapter
adolescence
ailleurs
allure
angine
apparence
appuyer
arrêt
articulation
artificiel, artificielle
autobus
autoritaire
beauté
breuvage
caractère
cellule
céréalier, céréalière
charme
circulatoire
confiance
congeler
courbature
dangereux, dangereuse
débarrasser
déchet
découverte
détente
diagnostic
diététicien, diététicienne
différent, différente
digestif
distrait, distraite
docteur, docteure
embellir
énergie
ennuyeux, ennuyeuse
exister
façade
filtrer
foie
fonction
fonctionnement

fond
geste
gorgée
guérir
habitude
impatient, impatiente
incurable
influencer
inquiétude
intestin
jambe
légumineuse
le tien, la tienne
magazine
maladroit, maladroite
malaise
médicament
méfiant, méfiante
miroir
naturel, naturelle
nutriment
oeil, yeux
opinion
ordonnance
organe
personnalité
phénomène
physique
pilule
posture
poumon
prescription
protéine
regard
ressentir
révélateur, révélatrice
s'asseoir
secret, secrète
sourd, sourde
stationnaire
sûr, sûre
style
système
tel, telle
tellement
tissu
trait
transformer
truquer
verre
vieillissement
visiteur, visiteuse
voeu, voeux
vrai, vraie

Thème 9

Écriture, Niveau 1

87 MOTS À SAVOIR ORTHOGRAPHIER

avaler
beurre
biscuit
boisson
boite
bonbon
bouche
boucher, bouchère
café
caramel
cheveu, cheveux
coeur
dent
dentiste
diner
docteur
doux, douce
fée
figure
forme
gâteau, gâteaux
géant, géante
gorge
goût
hôpital, hôpitaux
image
intérieur, intérieure
jusque
laid, laide
langue
lèvre
malade
maladie
mâle, femelle
malin, maligne
médecin
menu
mercredi
miel
milieu, milieux
minute
mode
morceau, morceaux
mort
moustache
muscle

nombre
oreille
orteil
os
pâle
parler
parole
partie
patte
phrase
possible
propre
quatre
reculer
régaler
remarquer
remercier
rencontrer
repas
repos
retour
réveiller
rire
rond, ronde
rôti, rôtie
roux, rousse
salade
sale
salle
saut
sec, sèche
semaine
soif
soigner
souffler
souffrir
souper
sourire
toucher
ventre
vie

Gouvernement du Québec
Ministère
de l'Éducation

16-1545-92

Niveau(x) d'enseignement : 4 Numéro EDUQ : 9270963
Centre d'intérêt : 751

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle : thème 9 : le corps humain. -- [Québec] : Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires, c1992.
5 v. ([14] ; 120 ; 28 ; 28 ; 35 p.) : ill. ; 28 cm.

La couv. porte en outre : Dans les écoles du Québec, on sait s'adapter. Code : 9293-0117 à 9293-0120 (v. 2-5); 16-1545-90 à 16-1545-94 (v. 1-5). Dépouillement : v. [1] Tableau des objectifs ; Tableau des activités ; Feuille de route -- v. [2] Français -- v. [3] Français : exercices en lecture : niveau 1 -- v. [4] Français : exercices en lecture : niveau 2 -- v. [5] Mathématique.

ISBN 2-550-23205-4

ISBN 2-550-23206-2

ISBN 2-550-23207-0

ISBN 2-550-23208-9

Vedette(s)-secondaire(s) : Québec (Province). Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Descripteur(s) : Français (Langue) • Mathématiques • Lecture • Activité d'apprentissage • Matériel didactique • Objectifs d'enseignement • Secondaire (Ordre d'enseignement)

Identificateur(s) de sujet : Cheminement particulier de formation • Corps humain

Ces documents font partie de la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au premier cycle du secondaire. La série comprend, autour du thème "le corps humain", un tableau des objectifs, des activités et une feuille de route (v. 1); des exercices de lecture, de comunication orale, de communication écrite et d'orthographe d'usage (v. 2); des exercices en lecture pour le niveau 1 (v. 3); des exercices en lecture pour le niveau 2 (v. 4); des activités d'apprentissage en mathématique (v. 5).

Type de document :

4270963 C

FRANÇAIS

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

EXERCICES EN LECTURE

NIVEAU 2

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle

Mars 1992

Québec

971143 D

FRANÇAIS

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

EXERCICES EN LECTURE

NIVEAU 2

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle

Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Dans le présent document, le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

© Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation, 1992 — 9293-0118

ISBN 2-550-23207-0

Dépôt légal – 3e trimestre 1992
Bibliothèque nationale du Québec

Thème 9

Exercice 1. Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS DES MOTS

Souligne le mot de même famille que le mot en italique.

1-	*CORPS*	correct	corporel	encore
2-	*DOS*	dossard	endolori	dose
3-	*SANG*	saigner	vampire	sensuel
4-	*OEIL*	larme	vue	oculiste
5-	*OS*	squelette	ossature	oser
6-	*COEUR*	accorder	liqueur	cordial
7-	*PIED*	pédestre	piété	piège
8-	*DIGESTIF*	doigt	indigestion	vomir
9-	*ENVAHIR*	vase	haïr	invasion
10-	*DOIGT*	adroit	devoir	digital

Thème 9

Exercice 2, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS DES MOTS

Encercle le mot qui veut dire la même chose que le mot souligné.

1. Le squelette est l'armature du corps humain.
   enveloppe - charpente - protection - intérieur

2. La ration alimentaire nécessaire à chaque individu varie selon l'âge, le sexe, l'état de santé et le genre de travail.
   préférence - goût - quantité - présentation

3. Les médicaments contrarient le fonctionnement naturel du corps.
   aident - préfèrent - préparent - empêchent

4. Le cérumen (cire) garde le tympan de l'oreille humide pour qu'il puisse capter les différents sons.
   recevoir - sonner - faire - attendre

5. Le pancréas sécrète un liquide qui aide l'intestin à digérer les aliments.
   divise - fabrique - bloque - entoure

6. Pour que l'harmonie du corps se maintienne, il faut veiller à bien manger, ce qui ne veut pas dire beaucoup.
beauté - apparence - résistance - équilibre

7. On a souvent surestimé les vertus des remèdes de médecine naturelle.
utilisé - pratiqué - ignoré - exagéré

8. Certains gestes du corps trahissent parfois l'impatience ou la nervosité.
trompent - révèlent - imitent - cachent

9. L'adolescence est une période de bouleversements majeurs.
considérables - intérieurs - extérieurs - dangereux

10. Le patient n'avait pas compris les fâcheuses conséquences du traitement.
en colère - populaires - désagréables - futures

Thème 9

Exercice 3, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS DES MOTS

Barre dans chaque liste le mot qui n'est pas de la même catégorie que les autres.

A	B	C
noix	poumon	ski
pomme	vitamine	tennis
yogourt	foie	jogging
céleri	cerveau	natation
raisin	rein	bicyclette

D	E	F
inspiration	lait	muscle
poumon	crème	forme
expirer	eau	fibres
coeur	yogourt	gymnastique
respiration	crème glacée	exercice

Thème 9

Exercice 4, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UNE PHRASE

Deux mots te sont suggérés. Souligne celui qui convient au sens de la phrase.

1- L'exercice aide à conserver tes os (à l'abri, en santé).

2- L'employé de bureau a besoin de (moins, plus) de calories que le travailleur forestier.

3- Bien des ennuis de santé sont dus à des (excès, médicaments) alimentaires.

4- Le traitement des maladies par les plantes est une médecine (artificielle, naturelle).

5- La moelle osseuse est une substance molle qui se trouve à l'(extérieur, intérieur) des os.

6- Un adolescent va se trouver beau ou laid selon ce que sa (famille, gang) en pense.

7- Les déchets filtrés par les reins sont éliminés par l'(urine, estomac).

8- Un tendon est une sorte de corde (vivante, morte) qui attache un muscle à un os.

9- La science qui définit comment il faut (se nourrir, s'entrainer) se nomme la "diététique".

10- Si tu respires normalement, il y a (pas du tout, très peu) d'air qui se rend à la partie supérieure de ton nez.

Thème 9

Exercice 5, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UNE PHRASE

Dans les phrases suivantes, souligne les mots qui font l'action exprimée.

1. Le corps d'un adulte contient 5 litres de sang.

2. Sans squelette, le corps humain aurait la consistance du Jello.

3. Un aliment de couleur foncée est riche en vitamines et en minéraux.

4. Les effets positifs de l'exercice sur le corps se font sentir très vite.

5. Pour digérer les aliments, l'estomac prend entre deux et quatre heures.

6. En raison d'une mauvaise alimentation, de nombreux élèves ont beaucoup de difficulté à se concentrer sur leur travail.

7. C'est à l'intérieur des os que se trouve la moelle osseuse.

8. À leur retour sur Terre, les os des astronautes sont devenus plus fragiles.

9. Le nez, la bouche et les poumons forment le système respiratoire.

10. Les changements d'humeur chez l'adolescent sont souvent le résultat d'un manque d'exercice.

11. Bien sûr que l'apparence des gens m'influence un peu!

Thème 9

Exercice 6, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UNE PHRASE

Replace les mots en ordre pour former une phrase.

1. d'un os une fracture s'appelle la rupture

_____

2. une sorte de pompe du sang le coeur qui active est la circulation

_____

_____

3. de pénétrer empêche dans le corps les microbes la peau

_____

_____

4. formés après le coeur six semaines sont déjà et le cerveau

_____

_____

5. ou diminue augmente selon la le volume respiration des poumons

_____

_____

6. à la mère ombilical le foetus le cordon relie

_____

7. déchets par la sueur d'éliminer certains permet la peau

_____

_____

8. au corps de conserver et de rejeter la digestion la partie le reste permet utile des aliments

_____

_____

_____

9. le nombril la coupure pour former du cordon ombilical se cicatrise

_____

_____

10. de l'intérieur est un appareil du corps le stéthoscope les bruits d'entendre qui permet

_____

_____

_____

Thème 9

Exercice 7, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UN TEXTE

Mets des majuscules, des points et des virgules là où il en faut.

PIEDS AU TRAVAIL

tes pieds renferment le quart de tous les os de ton corps: ils travaillent beaucoup ton poids est soutenu par ton talon, puis l'extérieur du pied et par la plante du pied sans tes orteils, tu ne pourrais probablement pas te tenir debout ils t'aident à garder ton équilibre à eux seuls, tes deux gros orteils soutiennent le quart de ton poids comme la plupart des gens, tu dois être très chatouilleux à la plante des pieds: c'est que plusieurs nerfs se terminent à cet endroit des spécialistes affirment qu'au cours de notre vie, nos pieds nous transporteront sur une distance égale à cinq fois le tour de l'équateur

Thème 9

Exercice 8, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UN TEXTE

Observe attentivement chaque vignette de la bande dessinée. Ensuite, indique quel mot ou quel personnage se cache derrière le pronom souligné.

(Illustration de Jacques Goldstyn, Je me petit débrouille, mars 1988)

- **1re vignette:**

  Oskar, tu es fou! _____

- **3e vignette:**

  Malheureux! Tu aurais pu te rompre les os! _____

  _____

  Il est né à Oslo. _____

  J'ai mal! Ouille! _____

  Il ne fera pas de vieux os! _____

- **4e vignette:**

  Tu as une magnifique double fracture... _____

- **5e vignette:**

  J'ai dû réduire les fractures... _____

  ... pour qu'ils puissent se ressouder _____

  correctement...

- **6e vignette:**

  ... je t'ai mis un plâtre pour permettre à _____

  tes os de guérir _____

  _____

  Vais-je pouvoir "reskier" en fin de _____

  semaine? Il te faudra oublier le sport _____

  pour les prochaines semaines!

  Veinard! Tu vas avoir mon autographe! _____

  _____

Thème 9

Exercice 9, Niveau 2

EXERCICE SUR LES MOTS-LIENS D'UN TEXTE

Choisis le meilleur mot pour faire le lien entre les phrases du texte ci-dessous.

à la fin de	par	déjà	entièrement
après	rapidement	et (2)	plus
d'abord	où	bientôt	

- Il faut _____ l'union sexuelle d'un homme _____ d'une femme.

- La femme produit un ovule.

- Cet ovule est fécondé _____ un spermatozoïde de l'homme.

- L'ovule fécondé se transforme en un amas de cellules: celles-ci se multiplient _____ .

- Les cellules deviennent _____ un embryon.

- Cet embryon va se fixer sur la paroi de l'utérus de la femme, _____ il continue de se développer.

- _____ la sixième semaine, l'embryon est _____ pourvu d'organes importants comme le coeur _____ le cerveau. Deux semaines _____ tard, c'est un foetus. Sa croissance se poursuit.

- _____ le neuvième mois, le foetus est _____ formé: le moment de la naissance est arrivé.

Thème 9

Exercice 10, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UN TEXTE

Coche (✓) la phrase qui n'a pas sa place dans le texte ci-dessous.

DE FAUX AMIS

☐ Aux États-Unis, des chercheurs ont démontré que 5 % des élèves de 16 ans ou moins avaient déjà employé des "stéroïdes".

☐ Les stéroïdes sont formés de plusieurs substances chimiques.

☐ Les stéroïdes ont pour principal effet de grossir énormément la musculature de l'individu qui en absorbe.

☐ Des milliers d'astéroïdes tournent dans l'espace qui sépare Mars de Jupiter.

☐ La plupart des garçons interrogés désiraient améliorer leur apparence ou leurs performances sportives.

☐ L'abus des stéroïdes peut causer la chute des cheveux, des vomissements, de l'insomnie et des comportements très violents.

☐ **On soupçonne même l'abus des stéroïdes de provoquer le cancer du foie.**

(D'après un article du Soleil, 26/02/89)

Thème 9

Exercice 11, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UN TEXTE

Donne à chaque texte le titre qui lui convient.

- L'humeur et l'activité
- L'activité de la digestion
- L'inactivité et l'obésité

Titre: _____

Avant d'entrer dans le corps, la nourriture doit d'abord être décomposée en substances chimiques. Ce travail commence dans la bouche. La nourriture est déchiquetée par les dents et mélangée à la salive. Elle passe ensuite dans l'estomac. Là, une action chimique la transforme en une sorte de bouillie. Les intestins terminent cette transformation. La partie utile de la nourriture est absorbée par le corps, et le reste est rejeté sous forme d'urine et d'excréments.

Titre: _____

De nombreux spécialistes pensent que l'inactivité est la grande responsable du surplus de poids: l'adolescent trop gras ne mange pas toujours trop, il ne bouge tout simplement pas assez. Cette mauvaise habitude commence même à l'âge préscolaire, au moment où les enfants passent jusqu'à 50 heures par semaine devant la télévision. Le garçon ou la fille qui se soucie de son apparence physique doit donc avant tout augmenter ses dépenses d'énergie en brûlant autant de calories qu'ils en ont absorbé.

Titre: _____

Parfois on a le goût de faire de l'exercice physique, d'autres fois, pas du tout. Le cerveau influence beaucoup l'humeur d'une personne à l'égard de l'activité physique. Un exemple? Un individu hypnotisé peut montrer une force bien supérieure à la normale. La méthode d'entrainement ou la maladie n'expliquent donc pas toujours le peu d'entrain que ressent l'athlète, certains jours, pour l'activité physique.

Thème 9

Exercice 12, Niveau 2

EXERCICE SUR LE SENS D'UN TEXTE

Voici deux phrases qui ont été oubliées dans le texte ci-dessous:

- Parmi ces organes, mentionnons le coeur et l'appareil respiratoire.
- Le corps est donc construit pour l'action, pas pour le repos.

Récris le texte à la page suivante, en plaçant les deux phrases manquantes au bon endroit.

UNE MACHINE: LE CORPS HUMAIN

Chez la plupart des animaux, le corps est construit pour leur permettre de se déplacer facilement. C'est également vrai chez l'homme. Quarante pour cent de notre poids est constitué de muscles; le squelette, lui, ne compte que pour 15 pour cent. Beaucoup de nos organes sont faits pour aider les muscles pendant le travail. Au repos, le coeur pompe environ 5 litres de sang par minute et les poumons absorbent de 5 à 8 litres d'air. Au travail, le coeur peut aller jusqu'à 20 litres de sang, alors que les poumons peuvent dépasser les 100 litres d'air par minute.

(D'après Santé et Bien-Être social Canada: La santé et la forme, 1975)

UNE MACHINE: LE CORPS HUMAIN

Thème 9

Écriture, Niveaux 2 et 3

204 MOTS À SAVOIR ORTHOGRAPHIER

accident
alcool
ananas
appétissant, appétissante
avaler
betterave
beurre
bière
biscuit
boisson
boite
bonbon
bouche
boucher, bouchère
bouillie
café
caramel
cheveu, cheveux
cigarette
coeur
crâne
délice
délicieux, délicieuse
dent
dentiste
dessert
dîner
distrait, distraite
docteur
doux, douce
étroit, étroite
fauteuil, fauteuils
fée
figure
flanc
forme
front
gâteau, gâteaux
géant, géante
gêné
généreux, généreuse
gland
gonfler
gorge
gourmand, gourmande
goût

grêle
grimace
grossir
gymnase
gymnastique
haleine
handicapé
hôpital, hôpitaux
hygiène
hypocrite
illustration
image
imprudence
indigestion
inférieur, inférieure
intéressant, intéressante
intérieur, intérieure
joue
jus
jusqu'à
jusque
laid, laide
laitue
langage
langue
lèvre
liqueur
loisir
mâchoire
maigre
majuscule
malade
maladie
mâle, femelle
malin, maligne
maquillage
matériau, matériaux
médecin
médicament
membre
menton
menu
mercredi
miel
milieu, milieux
minute
mode
morceau, morceaux
mort
moustache
muscle
naissance
négligence
négligent, négligente

négliger
nerf
nerveux, nerveuse
nettoyer
nombre
odorat
oeil
oreille
orgueilleux, orgueilleuse
orteil
os
oxygène
pâle
pansement
paraître
paralyser
paresseux, paresseuse
parfait, parfaite
parler
parole
partie
patte
paupière
pencher
perfection
pharmacie
pharmacien, pharmacienne
phrase
physique
poids
poil
poing
position
possible
poumon
précaution
proportion
propre
propreté
quantité
quart
quatre
quelquefois
quotidien
rectangle
reculer
réflexion
régaler
remarquer
remerciement
remercier
rencontrer
renvoyer
répandre

repas
repos
respiration
ressembler
restaurant
retour
réveil
réveiller
rhume
rire
rond, ronde
rôti, rôtie
roux, rousse
rythme
saigner
salade
sale
salière
salle
sandwich(s) ou (es)
sang
saut
savoureux, savoureuse
sec, sèche
semaine
sens
sensation
sexe
shampoing
soif
soigner
sommeil
souffler
souffrir
souper
sourcil
sourire
squelette
terminus
toilette
toucher
toux
use
vaccin
veine
ventre
vie
vieillard
vigoureux
zone

Gouvernement du Québec
Ministère
de l'Éducation

16-1545-93

Niveau(x) d'enseignement : 4 Numéro EDUQ : 9270963
Centre d'intérêt : 751

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle : thème 9 : le corps humain. -- [Québec] : Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires, c1992.
5 v. ([14] ; 120 ; 28 ; 28 ; 35 p.) : ill. ; 28 cm.

La couv. porte en outre : Dans les écoles du Québec, on sait s'adapter. Code : 9293-0117 à 9293-0120 (v. 2-5); 16-1545-90 à 16-1545-94 (v. 1-5). Dépouillement : v. [1] Tableau des objectifs ; Tableau des activités ; Feuille de route -- v. [2] Français -- v. [3] Français : exercices en lecture : niveau 1 -- v. [4] Français : exercices en lecture : niveau 2 -- v. [5] Mathématique.

ISBN 2-550-23205-4

ISBN 2-550-23206-2

ISBN 2-550-23207-0

ISBN 2-550-23208-9

Vedette(s)-secondaire(s) : Québec (Province). Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Descripteur(s) : Français (Langue) • Mathématiques • Lecture • Activité d'apprentissage • Matériel didactique • Objectifs d'enseignement • Secondaire (Ordre d'enseignement)

Identificateur(s) de sujet : Cheminement particulier de formation • Corps humain

Ces documents font partie de la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au premier cycle du secondaire. La série comprend, autour du thème "le corps humain", un tableau des objectifs, des activités et une feuille de route (v. 1), des exercices de lecture, de communication orale, de communication écrite et d'orthographe d'usage (v. 2), des exercices en lecture pour le niveau 1 (v. 3), des exercices en lecture pour le niveau 2 (v. 4), des activités d'apprentissage en mathématique (v. 5).

Type de document :

9270963-E

MATHÉMATIQUE

DANS LES ÉCOLES DU QUÉBEC
on doit s'adapter

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1re cycle

Mars 1992

Québec

MATHÉMATIQUE

THÈME 9

LE CORPS HUMAIN

Cheminements particuliers de formation de type continu, 1er cycle

Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires

Dans le présent document, le masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

© Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation, 1992 — 9293-0117

ISBN: 2-550-23208-9

Dépôt légal – 3e trimestre 1992
Bibliothèque nationale du Québec

Ce document s'ajoute à la banque d'activités en français et en mathématique qui a été préparée à l'intention du personnel enseignant qui s'occupe d'élèves inscrits en cheminement particulier de formation de type continu, au 1er cycle du secondaire.

Les thèmes supplémentaires sont:

9. Le corps humain
10. Les animaux domestiques
11. Le Québec
12. Communiquer

La réalisation de ces quatre thèmes a été rendue possible grâce à la participation financière de la Direction régionale de Québec-Chaudière-Appalaches et la collaboration de la Commission scolaire régionale Tardivel, de la Commission scolaire de Portneuf, de la Commission scolaire des écoles catholiques de Québec et de la Commission scolaire de Lotbinière.

► Conception initiale:

Suzanne Audet, Commission scolaire de Port-Cartier
Sylvie Castonguay, Commission scolaire de Port-Cartier
Monique Gauvreau, Commission scolaire de Fermont

► Supervision et coordination:

Michèle Théroux, Commission scolaire régionale Tardivel

► Dactylographie et mise en page:

Solange Langlois, Commission scolaire régionale Tardivel

► Comité de lecture:

Denise Gosselin, Direction régionale de Québec-Chaudière-Appalaches du MEQ
Francine Boily, Direction régionale de Québec-Chaudière-Appalaches du MEQ
Danièle Mathieu, Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires
Richard Carrier, Direction de l'adaptation scolaire et des services complémentaires
Jean-Marc Angers, Commission scolaire régionale Tardivel

➤ Rédaction du thème 9:

Carold Beaumont, Commission scolaire régionale Tardivel
Louis Bussières, Commission scolaire de Portneuf

Illustration:

Catherine Chandonnet, école secondaire Donnacona

Révision linguistique:

Services linguistiques, Direction des communications

Thème 9

Math. Activité 1

LES CALORIES

En te servant de la légende, tu trouveras le total des calories absorbées chaque jour par chacune de ces personnes.

Pierre-Paul		
Amélie		
Étienne		
Émilie		
Maude		
Marie-Douce		
Jean		
Henri		

LÉGENDE:

= 1 000 calories

= 500 calories

= 100 calories

Réponds aux questions suivantes en te reportant au tableau de la page précédente.

1. **Quelle personne de la liste absorbe le moins de calories?**

   _____ et combien? _____

2. **Quelle personne de la liste absorbe le plus de calories?**

   _____ et combien? _____

3. **Combien de calories par jour les quatre filles ensemble absorbent-elles?**

   Amélie en absorbe _____. Émilie en absorbe _____, Maude en absorbe _____ et Marie-Douce en absorbe _____. En tout, elles en absorbent _____.

4. **Les quatre garçons absorbent-ils plus ou moins de calories que les quatre filles en une journée?** _____

   Les quatre garçons absorbent _____ calories.

   Les quatre filles en absorbent _____.

   Donc, _____

   Quelle est la différence? _____

5. **Combien de calories ces huit personnes absorbent-elles en une journée?**

   _____ calories.

6. **Quelle est la moyenne de calories absorbées par ces personnes en une journée?**

   _____ calories.

Thème 9

Math. Activité 2

DÉVELOPPEMENT PHYSIQUE

Voici le tableau de la taille et de la masse de dix élèves.

NOM	TAILLE	MASSE
1. Simon	1,75 m	64 kg
2. Pierre-Gilles	1,58 m	58 kg
3. Carl	1,63 m	63,5 kg
4. Sonia	1,62 m	61,7 kg
5. Virginie	1,67 m	70 kg
6. Marie-France	1,70 m	64 kg
7. Danny-Pierre	1,56 m	69,5 kg
8. Jacqueline	1,71 m	69,3 kg
9. Lisette	1,69 m	61 kg
10. Éric	1,77 m	59,7 kg

Réponds aux questions suivantes en te reportant au tableau de la page précédente

La plus grande des filles est _____
La plus petite des filles est _____
La plus légère des filles est _____
La plus lourde des filles est _____

Le plus grand des garçons est _____
Le moins grand des garçons est _____
Le plus léger des garçons est _____
Le plus lourd des garçons est _____

Sur cette droite numérique,

_____

au-dessus, place les filles en ordre croissant de grandeur.
en dessous, place les gars en ordre croissant de grandeur.

Sur cette droite numérique,

_____

au-dessus, place les filles en ordre décroissant de poids.
en dessous, place les gars en ordre décroissant de poids.

Thème 9

Math. Activité 3

DÉPENSER SES CALORIES...

On dépense bien son argent; est-ce qu'on dépense aussi ses calories au lieu de les garder en réserve?

Le tableau suivant te fait connaître combien de minutes d'activité il te faut pour dépenser les calories absorbées au moment de tes collations. Regarde-le attentivement puis réponds aux questions.

Aliments	Calories	Minutes d'activité			
		course à pied	marche rapide	natation	repos
1 bière	114	6	22	10	88
1 hamburger	350	18	67	31	269
Gâteau sablé aux fraises (shortcake)	400	21	77	36	308
1 grosse pomme	101	5	19	9	78
1 tranche de pain	78	4	15	7	60

1. En te fiant au tableau, transcris dans l'ordre les aliments qui procurent le plus de calories. Termine ta liste par ceux qui en procurent le moins.

1) _____ 4) _____

2) _____ 5) _____

3) _____

2. Après avoir mangé une pomme pour ta collation, quelle activité te permettrait de dépenser le plus rapidement tes calories?

_____

3. Si tu prends 2 bières et 1 hamburger, combien de minutes de course à pied devras-tu faire pour brûler ces calories?

Solution: _____

_____

4. Un gâteau sablé aux fraises te procure 400 calories. En comparant avec la natation, combien de minutes supplémentaires de marche rapide devras-tu faire pour dépenser ces calories?

Solution: _____

_____

5. Additionne les nombres qui forment les 5 colonnes de ce tableau.

Quel est le titre de la colonne dont la somme des nombres est 93?

_____

Quel est le titre de la colonne qui donne la somme la plus élevée?

_____

Quel est le titre de la colonne qui donne la somme la moins élevée?

_____

Si tu additionnes les sommes respectives des 5 colonnes, quel sera le grand total?

_____

6. Voici le tableau des collations que l'un de tes professeurs a prises la semaine dernière.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
1 tranche de pain	1 hamburger	1 gâteau	1 bière	2 pommes

Totalise la quantité de calories qu'il a absorbées.

_____

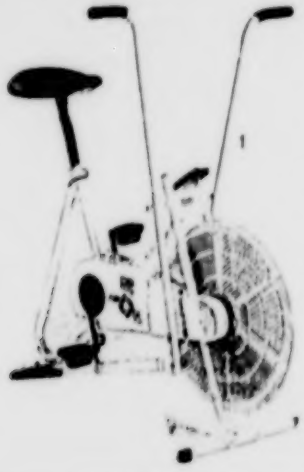
Thème 9

Math. Activité 4

Monsieur Gros Muscles a décidé de s'acheter des appareils de gymnastique. Il veut s'exercer dans le sous-sol de sa maison.

Il s'est donc procuré les appareils illustrés sur ces deux pages.

1. **Cycle-exerciseur à résistance d'air**, avec rameur intégré. Guidon double, pédales à action synchronisée, développant les muscles du torse et des jambes. Moniteur électronique 4 fonctions: temps, vitesse, distance et calories brûlées. Mouvement silencieux en douceur, sans roues lourdes, ni courroies. Large selle rembourrée.
84-0186-6 – Poignées mousse 249.99



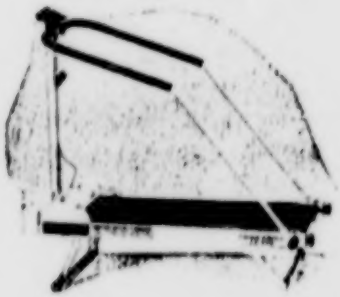
2. **Cycle-exerciseur de luxe Airgometer**. Développe les muscles du torse et des jambes. Conception aérodynamique. Fonctionnement silencieux en douceur. Guidon double à action synchronisée. Moniteur électronique: rythme cardiaque réel et cible, temps, vitesse, distance, cadence, calories brûlées. Grand siège multi-positions, rembourré.
84-0187-6 – À mode balayage 499.99

3. **Banc d'exercice York à 5 positions.** Roulettes mousse bonne qualité, montants 2 po. Accessoire pour flexion des jambes. **Siège adapté** au corps et appuie-dos rembourrés de mousse épaisse.
84.0102.8 – De service dur 99.99

4. **Rameur de bonne qualité** à pousser/tirer. Bras chromés à mouvement orbital 360° et à prise pivotante. Repose-pieds pivotant à sangle réglable.
84.0183.2 – Cadre en acier 179.99

5. **Accessoire aidant à développer et à renforcer les pectoraux.** S'ajoute à l'article n° 6. Coussinets pour avant-bras.
84.0083.2 – Cadre solide en acier 99.99

6. **Exerciseur mécanique de luxe.** Inclinaison, tension réglables. Barres latérales recouvertes de mousse. Tapis vinyl, commande de tension d'accès facile. Compte à rebours, compteur distance et vitesse.
84.0175.4 – Modèle pliant 399.99



REMPLIS SA FACTURE.

Nom du client: _____	
Articles achetés:	**Prix**
1. _____	_____
2. _____	_____
3. _____	_____
4. _____	_____
5. _____	_____
6. _____	_____
TOTAL:	_____

1. À combien s'élèverait sa facture s'il avait choisi de ne pas acheter le "banc d'exercice York à 5 positions"?

   _____

2. Les deux beaux-frères de M. Gros Muscles veulent s'équiper de la même façon que lui. Quelle sera la facture totale pour les trois?

   _____

3. Si le prix des appareils augmentait de 10 % soudainement, quelle serait l'augmentation de la facture pour les 3 personnes?

_____

À quel montant s'élèverait la facture si tu ajoutais l'augmentation de 10 % ?

_____

4. Si tu tiens compte de l'augmentation, combien vaudraient...

- 5 cycles-exerciseurs de luxe Airgometer?

  Solution: _____

- 7 cycles-exerciseurs à résistance d'air?

  Solution: _____

- 3 rameurs de bonne qualité?

  Solution: _____

Thème 9

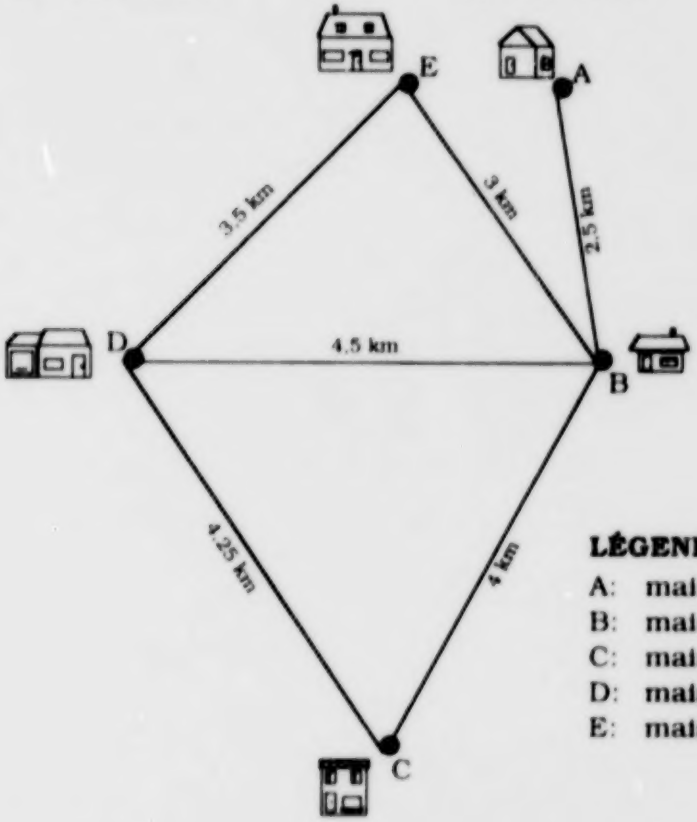
Math. Activité 5

LES FILLES SE RENDENT VISITE... À PIED!

Observe bien ce plan.

Comment nomme-t-on ce genre de figure? Entoure la bonne réponse.

a) un polygone
b) un réseau
c) un dessin
d) un solide



LÉGENDE:

A: maison de Julie
B: maison de Nathalie
C: maison de Katya
D: maison de Magali
E: maison de Geneviève

1. **Laquelle des filles habite le plus loin de chez Katya?**

C'est _____ **, elle habite à** _____ **km.**

2. **Julie a décidé d'aller voir toutes ses amies puis de revenir chez elle. Quelle distance a-t-elle parcourue?**

Solution: _____

_____ **km.**

3. **Réponds par vrai ou faux.**

En partant de n'importe quel point du réseau, n'importe laquelle des filles peut le parcourir en ne passant qu'une seule fois au même endroit.

_____

Combien de noeuds compte ce réseau? _____

Combien de noeuds pairs? _____

Combien de noeuds impairs? _____

Combien de branches? _____

4. **Chaque fille à tour de rôle va voir toutes ses amies.**

Selon toi, est-ce que la distance du trajet sera la même pour toutes les filles?

Explique ta réponse.

_____

_____

Thème 9

Math. Activité 6

CONSOMMATION DE MÉDICAMENTS

Voici le tableau simplifié fourni par un pharmacien. Il donne à peu près le nombre de médicaments pris quotidiennement par les différents groupes d'âge...

Âge	N. de médicaments par jour
65 ans et +	5
40 à 60 ans	3
25 à 40 ans	1
16 à 25 ans	1
0 à 16 ans	1

En te fiant au tableau suivant qui illustre la composition de la population d'un village, *trouve le nombre de médicaments que ses habitants consomment quotidiennement.*

DROGUEVILLE 14 832 habitants
20 % de la population a plus de 65 ans.
50 % de la population a entre 40 et 65 ans.
15 % de la population a entre 25 et 40 ans.
5 % de la population a entre 16 et 25 ans.
10 % de la population a de 0 à 16 ans.

1. – Combien de médicaments les habitants de ce village prennent-ils quotidiennement? _____

– Combien pendant une semaine? _____

2. Combien coûtera la fabrication des médicaments pris en une journée si, pour fabriquer 5 médicaments, il en coûte 1,00 $?

_____

Thème 9

Math. Activité 7

VOLS... À L'ÉCHELLE!

Observe bien la carte, tu y trouveras huit (8) points noirs. C'est là que sont livrés par avion les produits de santé sur le territoire canadien.

1. En te servant de l'échelle proposée en haut de la carte, trouve le nombre de kilomètres parcourus par l'avion qui a livré ces produits lors des voyages suivants.

   - L'avion est parti du Québec, s'est rendu directement jusqu'en Colombie-Britannique, puis a fait escale en Alberta, au Manitoba, en Ontario avant de revenir à son point de départ.

     Combien de kilomètres a-t-il parcourus? _____

   - Une autre fois, l'avion a décollé de Terre-Neuve et est allé directement en Colombie-Britannique puis a fait escale en Saskatchewan et est revenu à son point de départ.

     Combien de kilomètres a-t-il parcourus? _____

2. ◆ **Quelle est la distance la plus longue que peut parcourir l'avion entre deux points de la carte?**

_____

◆ **Combien de kilomètres y a-t-il entre ces deux points?**

_____

3. ◆ **Quelle est la distance la plus courte que peut parcourir l'avion entre deux points de la carte?**

_____

◆ **Combien de kilomètres y a-t-il entre ces deux points?**

_____

4. Voici le relevé effectué par le pilote pour les 7 journées de travail du mois de février.

Le 5 février	1200 km
Le 8 février	700 km
Le 15 février	2400 km
Le 21 février	600 km
Le 22 février	200 km
Le 24 février	(n'a pas décollé)
Le 26 février	500 km

Quel est le total de kilomètres parcourus durant ces journées du mois de février?

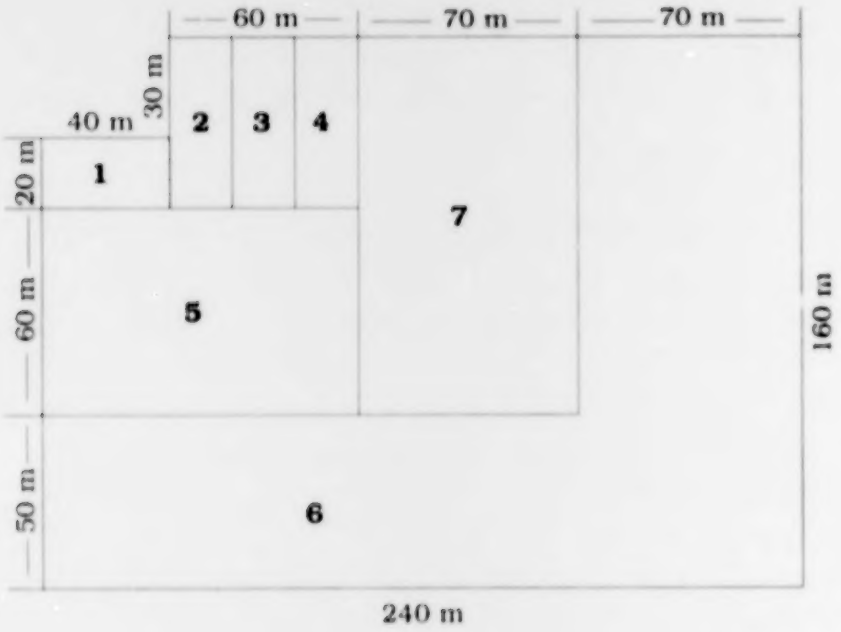
Solution: _____

_____

Thème 9

Math. Activité 8

AU CENTRE D'ACTIVITÉS DE PLEIN AIR...



LÉGENDE:

1. Piscine extérieure
2,3,4. Terrains de tennis
5. Aire de détente
6. Équitation (poneys)
7. Pistes de randonnée pédestre et de jogging

1. La loi exige que la piscine soit clôturée. Si le modèle de clôture choisi vaut 37,99 $ le mètre, combien coûtera cette mesure de sécurité?

2. On veut clôturer l'ensemble des trois terrains de tennis. Quelle longueur aura la clôture?

3. Quelle est la mesure du contour du terrain réservé à l'équitation?

4. Pour entourer l'ensemble du centre d'activités de plein air, il faudrait prévoir une haie qui aurait quelle longueur?

5. La municipalité veut connaître la superficie totale du centre. Calcule cette superficie.

6. Combien de mètres carrés de pelouse faudrait-il pour couvrir l'aire de détente?

7. Du haut des airs, la piscine doit avoir l'allure d'un petit étang rectangulaire. Quelle est l'aire de la piscine?

8. Quelle partie du terrain du centre d'activités mesure 7700 mètres carrés?

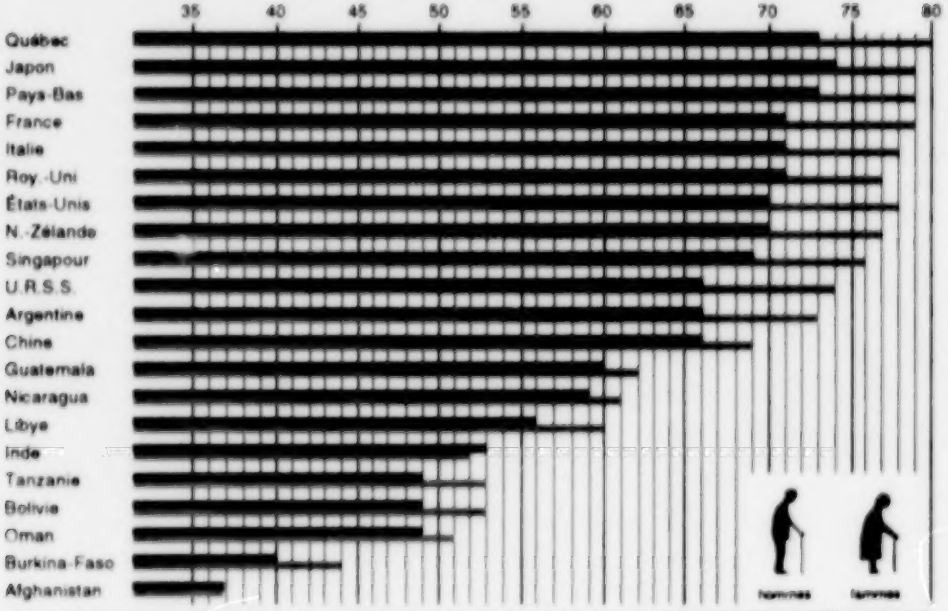
9. Quelle est la superficie totale de l'aire de détente et de l'espace réservé aux randonnées et au jogging?

10. À 30,00 $ le mètre carré, combien vaut le terrain du centre d'activités?

Thème 9

Math. Activité 9

ESPÉRANCE DE VIE À LA NAISSANCE



L'atlas du monde d'aujourd'hui, **Neil Grant** et **Nick Middleton**

N.B.: *Pour chaque pays représenté, la bande du haut correspond à la situation des hommes et celle du bas à celle de la femme. Dans cet exercice, le Québec est considéré comme un pays.*

Les êtres humains qui vivent sur la terre, dans différents pays, n'ont pas tous la possibilité de vivre aussi longtemps les uns que les autres.

Observe bien ce tableau et réponds aux questions suivantes.

1. Dans quel pays, l'espérance de vie des hommes est-elle deux fois plus grande qu'en Afghanistan?

2. Qu'est-ce qui te frappe en premier lorsque tu compares le tableau d'espérance de vie de l'homme à celui de la femme?

_____

_____

3. Il n'y a qu'un pays où les hommes vivent plus longtemps que les femmes. Quel est ce pays?

_____

4. Quels sont les six (6) pays où l'espérance de vie des hommes se situe entre 40 et 60 ans?

_____ _____

_____ _____

_____ _____

5. Dans deux (2) pays, les hommes peuvent espérer vivre en moyenne jusqu'à 70 ans. Quels sont ces deux (2) pays?

_____ _____

6. Dans quel pays les femmes ont-elles la plus longue espérance de vie?

_____

7. Deux pays offrent aux femmes une espérance de vie de 53 ans en moyenne. Quels sont ces deux pays?

_____ _____

8. Aux États-Unis, quelle est, en moyenne, la différence d'espérance de vie entre les hommes et les femmes?

_____

9. Vrai ou faux?

a) À Singapour, les hommes et les femmes ont une espérance de vie de 69 ans.

_____

b) Plus les hommes et les femmes vivent longtemps, plus l'écart entre leur espérance de vie est grand.

_____

c) En Chine, ce sont les femmes qui vivent en moyenne moins longtemps que les hommes.

_____

d) En Nouvelle-Zélande, il y a sept (7) années de différence entre l'espérance de vie des hommes et celle des femmes.

_____

e) Sur les vingt (20) pays présentés dans le tableau, au moins dix (10) offrent aux hommes une espérance de vie supérieure à soixante-dix (70) ans.

_____

Thème 9

Math. Activité 10

CHEZ LE DOCTEUR MONGRAIN

Voici une liste de dix patients du docteur Mongrain avec leur numéro de dossier.

M. Gingras	327 169	M. Godin	789 215
M^{me} Bérubé	751 329	M. Bérubé	879 215
M. Pasquier	715 392	M^{me} Bourque	923 105
M. Henriot	571 293	M. Poitras	932 501
M^{me} Bédard	699 987	M. Langlais	592 647

VOICI EN QUOI CONSISTE TA TÂCHE.

Le docteur Mongrain est un homme assez bizarre, il a ses petites manies. Par exemple, il ne veut recevoir ses patients que si les numéros de dossier sont classés par ordre croissant. Il aurait pu tout aussi bien choisir l'ordre alphabétique, mais non, il veut à tout prix que ses patients soient classés selon l'ordre croissant de leur numéro de dossier.

Classe donc les patients selon ses souhaits.

1. _____ **6.** _____

2. _____ **7.** _____

3. _____ **8.** _____

4. _____ **9.** _____

5. _____ **10.** _____

Maintenant que ce classement est fait, le docteur Mongrain voudrait que tu lui fasses un horaire de rendez-vous pour une semaine.

Inscris donc dans l'ordre établi à la page précédente, les 10 patients sur une grille-horaire en tenant compte maintenant des détails suivants.

Le **lundi**, le docteur reçoit en consultation de 9h00 à 10h00.

Le **mardi**, il garde la période de 9h00 à 10h00 pour aller à l'hôpital et il doit quitter son bureau à 11h00.

Le **mercredi**, il se rend aussi à l'hôpital, à la même heure que le mardi.

Le **jeudi**, son bureau n'est ouvert que de 9h00 à 11h00.

Le **vendredi**, il reçoit en consultation de 8h00 à 9h00 et pendant la dernière heure de l'avant-midi.

N.B.: Le docteur Mongrain consacre au minimum une heure à chaque patient et il travaille de 8h00 à 12h00.

Thème 9

Math. Activité 11

UNE ENQUÊTE SUR LES SPORTS PRATIQUÉS...

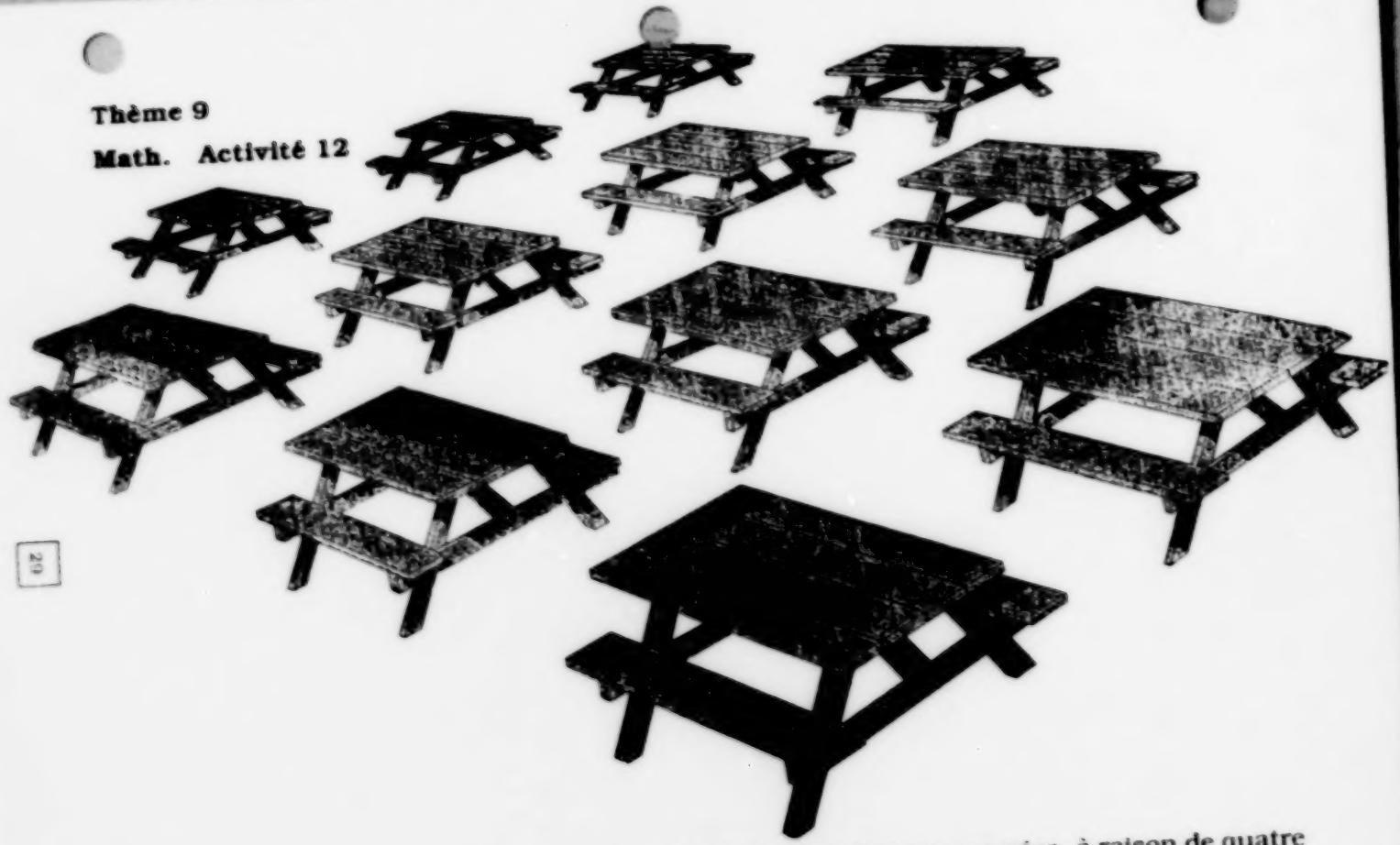
On a réalisé une enquête dans une école secondaire du Québec pour connaître quels sports les élèves pratiquaient. On a interrogé 1260 élèves. Voici les réponses obtenues.

- 240 élèves s'adonnent à la natation.
- Les quilles attirent le quart du nombre de ceux qui pratiquent la natation.
- 3 fois plus d'élèves font du ski alpin comparativement aux quilleurs.
- 10 douzaines de mordus de plein air privilégient le ski de fond.
- 10 % des élèves interrogés font de l'équitation.
- 10 équipes de volley-ball (tu sais, ce jeu qui se joue à six contre six) se sont inscrites aux activités du midi.
- 50 autres élèves font du jogging et 3 fois plus pratiquent la marche.
- Le tennis regroupe 45 joueurs et le badminton 5 fois plus.

Ton travail consiste à faire un graphique à bandes pour illustrer les résultats de cette enquête.

Thème 9

Math. Activité 12



Au pique-nique des "amis du plein air", toutes les tables étaient occupées, à raison de quatre (4) personnes par table.

Combien de pique-niqueurs étaient présents? _____

- Le 1/3 des pique-niqueurs étaient des hommes.
- Il y avait la moitié moins de jeunes adolescents que d'hommes.
- Les 3/12 des pique-niqueurs étaient des femmes.
- Le nombre d'adolescentes présentes au pique-nique représentait l'équivalent du 1/3 de la 1/2 du nombre total de pique-niqueurs.
- 1/12 des «amis du plein air» présents au pique-nique étaient des jeunes enfants.

Combien y avait-il

d'hommes? _____

d'adolescents? _____

de femmes? _____

d'adolescentes? _____

d'enfants? _____

Thème 9

Math. Activité 13

UN MESSAGE DE SANTÉ

Pour déchiffrer le message suivant, tu trouveras la lettre correspondant à chaque nombre en te reportant à la clef présentée à la page suivante...

217	63		42	63		74	63	13	74		
6	1000	63	13								
217	63		64	12	1000	74		43	63		
23		63	98	63	11	144	1000	144	63		
217	63		51	11	63	13	43	74			
32	11	12	13	43		74	999	1000	13		
43	63		42	12		74	12	13	27	63	
42	999	13		144	999	11	51	74			
63	74	27		8	13	63					
42	12	144	0	1000	13	63					
144	999	42	51	23	1000	9	8	63	63		
63	27										
42	63	11	66	63	1000	23	23	63	8	74	63

VOICI LA CLEF À COMPLÉTER **AVANT TOUT...**

a : (10 – 4) x 2 = _____

b : 6 – 6 + 6 = _____

c : 12 x 12 = _____

d : 80 – 37 = _____

e : 9 x 7 = _____

f : 8 x 8 = _____

g : (4 x 2) x 4 = _____

h : 7 x 0 x 8 = _____

i : 100 x 10 = _____

j : 31 x 7 = _____

k : 44 – 18 = _____

l : 11 + 15 – 3 = _____

m : 7 x 2 x 3 = _____

n : 40 – 27 = _____

o : 1000 – 1 = _____

p : 17 x 3 = _____

q : 27 ÷ 3 = _____

r : (4 x 9) ÷ 4 + 2 = _____

s : (11 x 7) – 3 = _____

t : 3 x 3 x 3 = _____

u : (4 x 6) ÷ 3 = _____

v : 47 + 19 = _____

w : 11 x 10 = _____

x : 7 x 7 x 2 = _____

y : 4 x 11 = _____

z : (12 x 2) – (10 x 1) = _____

Thème 9

Math. Activité 14

PETITS PROBLÈMES EN VRAC...

1. Je veux organiser un goûter "santé" à mon école et pour cela je dois découper des petits cartons qui vont me servir de cartes d'invitation.
Chaque carton d'invitation, après avoir été découpé, mesurera 16 centimètres carrés.
Je dois acheter de grandes feuilles de carton pour y découper mes cartons d'invitation.
Chaque grande feuille de carton mesure 36 centimètres de largeur et 60 centimètres de longueur.

✏ Si je dois préparer 138 invitations, est-ce que j'aurai assez d'un seul grand morceau de carton?
Solution: _____

_____

2. À la librairie j'achète trois livres qui parlent du corps humain. Le premier de ces livres coûte 16,80 $, le deuxième, la moitié moins cher et le troisième, 15 % de plus que le premier.

✏ Combien me coûteront mes livres?
Solution: _____

_____

✏ Si je paie avec un billet de 50,00 $, combien me reviendra-t-il?

_____

3. Lors de ma dernière visite au centre de santé, on m'a parlé des nouveaux tarifs qui seront en vigueur l'année prochaine. L'abonnement, qui était de 45,00 $ par mois, subira une hausse de 7 %.

- Combien m'en coûtera-t-il par mois à partir de janvier prochain?

  _____

- Quelle sera la différence de prix par mois entre cette année et l'an prochain?

  _____

- Combien m'en coûtera-t-il l'an prochain pour la période du premier janvier au premier juillet?

  _____

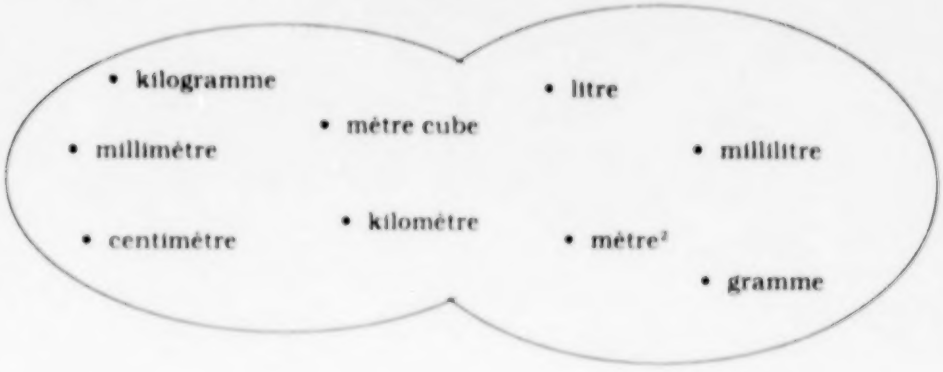
- Si on s'abonne pour un an, le centre offre un rabais de 12 %. Combien m'en coûtera-t-il si je m'abonne pour un an?

  _____

- L'an passé, j'ai payé 420,00 $ pour faire partie de ce centre. Combien cela m'a-t-il coûté à chaque mois?

  _____

4. Quelle unité choisirais-tu parmi les suivantes...



pour parler...

a) du poids d'une personne? _____

b) de la taille d'une personne? _____

c) de la distance parcourue à pied en une heure? _____

d) du contenu d'une bouteille de jus? _____

e) de la surface d'un plancher de gymnase? _____

f) de la masse de ton propre coeur? _____

g) de la hauteur à laquelle tu peux sauter? _____

h) de l'eau que peut contenir un verre? _____

i) de la distance entre tes deux yeux? _____

j) du volume d'air que contient ta classe? _____

Gouvernement du Québec
Ministère
de l'Éducation

16-1545-94